Tu, femeie, ești o bijuterie, o cetate și un mister. Ești ***o bijuterie*** *pentru că ai o sensibilitate aparte și o alcătuire deosebit de complexă. Cu toate că este atât de sensibil, corpul tău este rezistent ca* ***o cetate.*** *De ce ești* ***un mister?*** *Pentru că nimeni nu știe cum de ghicești atâtea lucruri și unde găsești atâta putere să lupți când ești disperată...*
Pentru că forma ta de femeie poate fi desenată cu mâinile în aer de către acela care te-a mângâiat măcar o dată.

Te mulțumește faptul că ești femeie? Simți feminitatea ta? Unde simți asta și când? Cele mai multe femei își percep feminitatea când sunt privite într-un fel anume: cu admirație, cu dorință, cu invidie chiar. Eu îți pot spune ce anume mă face să cred că ești femeie: liniile și mișcările tale sunt fine și line, pielea e fragilă și miroase întotdeauna a flori, genele clipesc în ritmul emoțiilor, genunchii se strâng în fața unui străin, copiii mici te fac să zâmbești... Trăind într-o lume a bărbaților, spui uneori că acestea sunt mai degrabă slăbiciuni, dar tocmai ele au putere asupra celor ce conduc lumea!

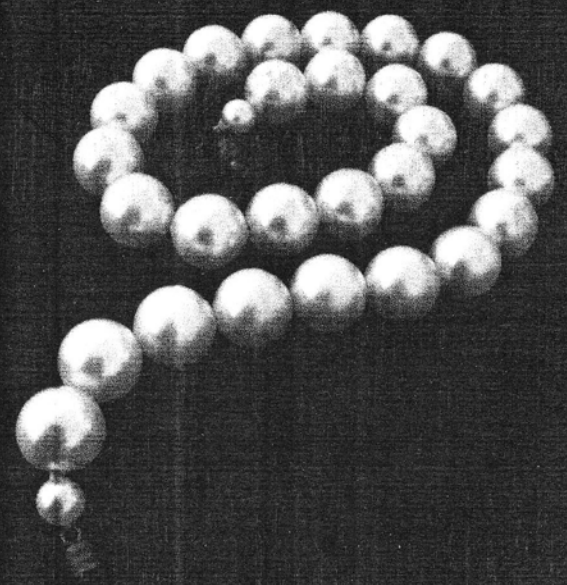
Dr. Cristian Andrei

O carte ca o oglindă. Autorul, dr. Cristian Andrei, te așază în fața ei și-ți arată *cine, ce, cum* și *de ce* te poate face să te simți împlinită.

dr. Cristian ANDREI Cine m-a făcut femeie?

H

practic



dr. Cristian ANDREI

Cine m-a făcut femeie?

HUMANITAS

Coperta
ANGELA ROTARU

Institutul de Relaţii Umane, Bucureşti
Dr. Cristian Andrei
web: www.iru.ro
E-mail: office@iru.ro
tel. 021/224 22 14, 0727 678 940

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
ANDREI, CRISTIAN
Cine m-a făcut femeie? / Cristian Andrei. – Bucureşti: Humanitas, 2008
ISBN 978-973-50-2358-4

613.88
159.9

© Cristian Andrei

© HUMANITAS, 2008, pentru prezenta ediţie

EDITURA HUMANITAS
Piaţa Presei Libere 1, 013701 Bucureşti, România
tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51
www.humanitas.ro

Comenzi CARTE PRIN POŞTĂ: tel./fax 021/311 23 30
C.P.C.E. – CP 14, Bucureşti
e-mail:cpp@humanitas.ro
www.librariilehumanitas.ro
www.libhumanitas.ro

1. Cine m-a făcut femeie?

Tu m-ai făcut să mă simt femeie!

Ai spus asta cuiva până acum? Dacă da, probabil că ai spus-o unui anume bărbat şi... care bărbat n-ar fi încântat să audă această exclamaţie din partea unei femei cum eşti tu?

Dar nu e drept şi nici suficient să consideri că doar el este acela care a trezit femeia din tine... A trecut vremea când femeia era făcută de un bărbat; în jur sunt mulţi oameni care te privesc, multe informaţii care te manipulează, multe produse care te atrag. Înăuntrul tău, pe suprafaţa ta şi în jurul tău sunt numeroase detalii care îţi alcătuiesc feminitatea. Unele sunt celule, altele sunt idei, unele sunt născute odată cu tine, altele sunt înţelese în timp...

Un fotograf ţi-ar aşeza rochia astfel încât umbrele tale să fie frumoase; bunica ta ţi-ar spune cum să faci o supă bună; o coafeză ţi-ar face părul să sfideze vântul; de ce n-ai asculta şi ce spune un psihiatru despre tine?

2. Cum arăți?

Te vezi de la distanță

Freud scria că, atunci când întâlnești pe cineva pe stradă, primul impuls pe care-l ai este acela de a lămuri dacă persoana respectivă este bărbat sau femeie. Privești în primul rând acele trăsături care pot fi observate de la distanță: mersul – dacă este legănat sau apăsat; părul – dacă este lung sau scurt; proporțiile corpului – dacă sunt mai gracile sau mai atletice; hainele – dacă au anumite culori, dacă includ fuste sau pantaloni...

Oare tu cum ești privită de la distanță? Cu siguranță că, din capul străzii, oamenii nu văd la tine prea multe detalii; nu pot vedea micile riduri de pe fața ta, dar nici minunatele pietre ale cerceilor tăi. Aproape întotdeauna, cei din jur te vor vedea de departe altcumva decât ești tu văzută de aproape sau dinăuntrul tău. De aceea, apropiindu-se, ei vor spune: *Credeam că ești altfel!*

Părinții tăi, iubitul tău, copiii tăi – cei care te cunosc de multă vreme și au fost zilnic atenți la detaliile tale – te vor recunoaște de la distanță

după mers, după eșarfă, după ora la care apari... E liniștitor pentru ei să te ghicească de departe, dar poate că, uneori măcar, ar fi bine ca oamenii să se întrebe despre tine: *Cine o fi femeia care se apropie?*

Forme și mișcări

Forma ta de femeie poate fi desenată cu mâinile în aer de către acela care te-a mângâiat măcar o dată. Ceilalți îți încadrează conturul într-un tipar. Sunt câteva linii care sugerează celor din jur că ești femeie. În general, este vorba de linii care asigură contraste suficient de clare, cum ar fi linia taliei; ea face trecerea între bust și bazin – două părți ale trupului tău care sugerează că poți alăpta și poți naște. Așa se explică de ce cu secole în urmă a apărut crinolina, un dispozitiv rigid purtat de femei pe sub rochii pentru a exagera dimensiunile bazinului, în contrast cu talia.

Încheietura mâinii tale are un contur lin, care este interpretat de bărbați ca simbolizând sensibilitatea, finețea. Sprâncenele tale sunt arcuite subțire și duc cu gândul la capacitatea ta de a trăi sentimente și de a le exprima. Poziția coatelor față de corp este apropiată, și nu depărtată, ca la bărbatul țanțoș, care vrea să ocupe loc mult.

Cât privește mișcările tale, și ele sunt deosebite de gesturile bărbaților. Un studiu cuprinzător asupra stilului general al gesticii arată că, în timp ce bărbații au mișcări preponderent ofensive, femeile fac mai multe gesturi în lateral, interpretate ca fiind evazive; asta înseamnă că femeia este dispusă către compromisuri mai mult decât bărbatul, care își îndreaptă degetul arătător către interlocutor mai des, se apleacă înainte când vrea să fie convingător și își pune un picior în față, ca și cum ar fi la start. În schimb, tu îți legeni bazinul în lateral când mergi și poți apleca din cap într-o parte pentru a comunica o invitație către tine.

Cât mai femeie

Multe dintre detaliile descrise până acum s-au dezvoltat odată cu înaintarea ta către vârsta sexualității, pentru a te asigura că mesajul privitor la sexul căruia îi aparții este perceput cât mai clar. Atât de fără echivoc se vrea clasificarea în bărbați și femei, încât, dacă vreunul dintre oameni se îmbracă în hainele celuilalt sex sau se poartă „pe invers", este sancționat prompt de societate prin ironie și chiar ostilitate.

Cei din jur îți cer cu orice ocazie să te porți în contrast cât mai mare față de sexul opus, pentru

a te distinge și pentru ca ei să-și aleagă mai ușor comportamentul față de tine. Este adevărat că la serviciu, în familie sau între prieteni diferențele dintre sexe se șterg în ziua de azi și apar tot mai multe aspecte unisex, dar contrastul despre care vorbeam mai sus se păstrează în ocaziile speciale, cum ar fi nunțile, petrecerile de ținută, evenimentele la care femeia se dorește a fi aleasă. În aceste situații deosebite, tu apari în rochie de gală, porți bijuterii, emani parfumuri și ai maniere deosebite.

Tendința ta de a te arăta în contrast față de bărbat apare nu din nevoia de a epata, ci pentru a asigura ceea ce știința denumește: *polaritate sexuală*. Această polaritate are ca rost obținerea unei atractivități maxime față de cel care ar putea să te aleagă drept parteneră.

Există femei care se poartă în bună parte ca un bărbat: părul mai scurt, hainele mai sport, gesturile mai hotărâte; ele afirmă că se simt mai bine în compania bărbaților și disprețuiesc femeile, considerându-le mai puțin inteligente și fițoase. Ele au fost cândva acele fete care au observat că este mai eficient să folosească atributele masculine ale unui bărbat pe care l-au admirat; ele nu au reușit să deprindă cu plăcere feminitatea de la o femeie-model.

Îți place de tine...

Te mulțumește faptul că ești femeie? Îți poți simți feminitatea? Unde simți asta și când? Cele mai multe femei își percep feminitatea când sunt privite într-un fel anume: cu admirație, cu dorință, cu invidie chiar. Eu îți pot spune ce anume mă face să cred că ești femeie: liniile și mișcările tale sunt fine și line, pielea e fragilă și miroase întotdeauna a flori, genele clipesc în ritmul emoțiilor, genunchii se strâng în fața unui străin, copiii mici te fac să zâmbești... Trăind într-o lume a bărbaților, spui uneori că acestea sunt mai degrabă slăbiciuni, dar, nu uita, tocmai ele au putere asupra celor ce conduc lumea!

Sunt oare toate acestea detalii manifestate dinadins, învățate de undeva? Sau te-ai născut cumva cu ele? Fiecare bucățică din tine știe că ești femeie, din cel puțin două motive: unul genetic și altul hormonal. Dacă s-ar recolta de pe partea interioară a obrazului tău chiar și o singură celulă, s-ar vedea la microscop în interiorul ei corpusculul Barr, o formațiune genetică prezentă doar la femei (această analiză simplă este aplicată în sportul de performanță pentru a lămuri dacă o sportivă nu este cumva un bărbat).

Cromozomul X, pe care tu îl ai în doză dublă față de bărbați, este cel mai complex cromozom al

organismului uman, fiind depozitarul zestrei genetice a speciei noastre. El te împinge în bună măsură să-ți cauți feminitatea. În plus, chiar dinainte de a te naște, neuronii din creierul tău au început să fie influențați de hormonii mamei tale, iar după vârsta pubertății tot corpul tău a fost supus unei întregi „manipulări" din partea hormonilor tăi estrogeni. Așa se face că încheietura mâinii tale a ajuns să fie subțire, iar pielea ta a devenit fragilă. Cât despre mirosul acela de flori...

...Citește mai departe!

3. Trup de femeie

Din punct de vedere biologic, tu ești o bijuterie, o cetate și un mister deopotrivă. Ești o bijuterie pentru că ai o sensibilitate aparte și o alcătuire anatomică deosebit de complexă. Simțurile tale percep mai multe nuanțe de culori, atingeri și mirosuri decât pot percepe bărbații, iar aparatul tău genital este un laborator de creație care în fiecare lună este pregătit să aducă pe lume un unicat: copilul tău!

Cu toate că este atât de sensibil, corpul tău este rezistent ca o cetate. Față de al bărbatului, el este mult mai bine dotat din punct de vedere metabolic și endocrin, mai rezistent la încercările de lungă durată (înfometare, oboseală, boală etc.).

De ce ești un mister? Pentru că nimeni nu știe cum de ghicești atâtea lucruri, de ce ai orgasme și unde găsești atâta putere să lupți când ești disperată...

Interiorul tău este ca un ceas. Partea ta fizică are o serie de organe și țesuturi-țintă, pe care hormonii

le caută cu precădere și le manipulează în așa fel, încât nu pot fi decât țesuturi de femeie; iată câteva exemple: sânii, oasele bazinului, creierul – toate acestea sunt altfel la tine decât sunt la orice altă ființă.

Dar, dacă trupul tău este atât de precis alcătuit, de ce ar mai fi nevoie să intervii asupra lui? Răspunsul ar putea fi acesta: pentru că trupului i se cere să fie potrivit epocii în care trăiește. În vremurile de demult, el ar fi trebuit să fie plinuț și cu pielea albă ca spuma laptelui. Acum i se cer dimensiuni de 90-60-90 și piele bronzată, fără vergeturi.

Nu te ocupa de defectele trupului tău, nu-l dușmăni. Cunoaște-ți-l, mai degrabă. O femeie povestea cândva cât de uimită a fost când a stat pentru prima oară goală în apă, simțindu-și sânii liberi, ușori. Sunt atât de multe lucruri subtile de aflat, atât despre anatomia ta, cât și despre diversele tale manifestări...

La ce se uită oamenii?

Sunt multe „ciudățenii" care-i fac pe oameni speciali și cele mai multe dintre ele se manifestă în sfera sexualității! Oamenii au instinctul sexual treaz aproape continuu. La orice oră din zi și din noapte, ei sunt receptivi din punct de vedere sexual unii către alții.

Sunt părți ale corpului tău care fac obiectul acestor tendințe instinctive ale bărbaților din jur. În viziunea lor, aceste părți sunt esența prezenței tale ca femeie în viața lor. *Tota mulier est in utero*, spuneau romanii: *toată femeia e-n uter*. În vremea aceea ai fi fost căutată în primul rând pentru a face cât mai mulți copii sănătoși. Astăzi pentru ce ești căutată? La ce se uită oamenii când te întâlnesc?

– La sânii tăi. Bărbații îi caută cu interes, emoție, obstinație chiar. Ce-i face atât de căutați? În primul rând instinctul reproducerii, care vorbește despre sâni ca despre o zestre pusă la dispoziția viitorilor copii. În al doilea rând, pudoarea: faptul că sânii sunt ascunși parțial îi face mai tentanți decât dacă ar fi la vedere toată ziua. Sânii tăi trebuie să fie sănătoși; nu-i maltrata din dezamăgire că sunt mai mici decât cei din reviste; nu-i maltrata nici din orgoliu, pentru că vrei să fii privită numai tu; nu-i maltrata nici din pudoare, pentru că ți-e jenă să se uite bărbații la ei toată ziua.

– La picioare. Ele conduc către bazin; a le descoperi și a le ține în anumite poziții înseamnă a fi mai receptivă din punct de vedere sexual. Faptul că, de-a lungul timpului, fusta a fost aproape exclusiv rezervată femeii are și această însemnătate: zona picioarelor rămâne parțial accesibilă bărbaților, cu anumite condiții... O femeie mărturisește multe prin intermediul genunchilor ei; ar fi minunat

să deprinzi această adevărată cultură a pudorii, pentru a ști cum să-i ții suficient de aproape sau de departe pe cei care te privesc.

– La fund. Întrebată ce crede că înseamnă să primească o palmă peste fund, orice femeie răspunde că acesta e un gest vulgar, inacceptabil. După un minut de gândire, se corectează și spune: *Depinde cine este cel care mi-o dă!* Acest lucru arată că bazinul are mare însemnătate pentru atractivitatea ta sexuală. Tot în zona bazinului, bine ascuns, se află vaginul tău. El este ținta strădaniilor bărbaților, deși puțini știu despre el suficiente lucruri cât să-i fie pe măsură. Recunoaște: nici tu nu știi prea multe despre el... Oare de ce au femeile himen? Există și alte specii care au himen: delfinii, caii, pisicile, unele maimuțe, lemurienii etc. La oameni, acest mic detaliu anatomic adună în preajma lui preocupare, durere, pasiune, ba chiar o mulțime de mituri. El este o barieră importantă, la granița dintre vagin și mediu. După ce apar ciclurile menstruale, sângele și secrețiile asigură un flux către exterior, iar himenul nu mai este atât de important. Chiar dacă ți se pare ciudat, trebuie să-ți cunoști vaginul, mai ales prin prisma funcțiilor lui.

Vreau să fiu văzută ca om

De ce se uită bărbații cu atâta interes către aceste zone ale tale, descrise mai sus? De ce nu s-ar uita la față, de exemplu? Ca să găsim mai ușor răspunsul, să observăm împreună un lucru: pentru orice bărbat, există o femeie a cărei față este mai importantă decât trupul: mama lui. De la Mama, orice macho poate accepta sugestii, critici, chiar și mângâieri pe creștetul capului. Pe ea, bărbatul poate să o privească drept în ochi, fără să-i alunece privirea către decolteul ei și fără să-i studieze fundul din spate...

Ai vrea să fii privită și tu astfel? Pentru a fi văzută *ca om*, femeia zilelor noastre ar trebui să se refugieze într-unul dintre aceste roluri: rolul de mamă sau rolul de bărbat. Ca să fii văzută ca o mamă, ar trebui să-ți sacrifici atractivitatea erotică de dragul unor atribute de tipul îngrijirii. Asta ar însemna să frecventezi mai degrabă piețele și farmaciile decât cluburile și saloanele de cosmetică. Ar însemna să-ți disciplinezi părul prinzându-l la spate; să-ți acoperi genunchii cu fuste lungi, largi și de culoare ternă; să mergi pe stradă tot timpul ca și cum ai avea o treabă importantă; să te preocupe mai degrabă sănătatea bărbatului decât uimitoarele lui fapte. Ce bărbat ar rămâne cu o astfel de femeie? Se găsesc destui; de altfel, majoritatea bărbaților sunt imaturi din anumite puncte de vedere, în care excelează femeia. Cu toate că nu este prea atrăgătoare, ea are puterea de a ține un bărbat pe-aproape multă vreme, dacă știe să-i și lipsească

uneori. Numai că aceasta nu se mai numește dragoste, ci dependență...

Pe un cântar vechi din parcul Cișmigiu scrie: *Cântar de cântărit oameni, femei și copii*. Cu alte cuvinte, cel care a pus acel cântar acolo a considerat că doar bărbații pot fi luați drept oameni. Conform concepțiilor lui și ale multor altora, pentru a fi luat în serios în lumea asta este necesar să te porți ca un bărbat. Aceasta presupune unele modificări de atitudine, care îți vor aduce competitivitate:

– să nu arăți prea multe emoții, ca să nu știe adversarii ce intenții ai;
– să urmărești tot timpul performanța față de ceilalți, nu față de tine însăți;
– să fii agresivă în ceea ce faci; cu atât mai agresivă, cu cât obstacolul este mai important;
– să te îmbraci mai degrabă sport (sportul este o invenție masculină, care are în miezul ei competiția).

Oare-ți stă bine așa?

4. Porniri de femeie

Cum vezi tu lumea

Felul cum percepi tu lumea este unul cuprinzător (ceea ce psihologii numesc *holistic*). Tu poți percepe întregul și nu te pierzi în detalii frapante, cum pățește bărbatul.

Săracul de el, este atras de tot ce mișcă, mai ales de ceea ce mișcă rapid, și ignoră ceea ce se mișcă armonios. Este atras de culori vii, ca un copil care nu cunoaște nuanțele. Dar, mai presus de toate, un bărbat se uită la ce se uită ceilalți bărbați...

Tu ești cu totul altfel. Când omul iubit se află lângă tine, ești capabilă să-i simți prezența întreagă; nu doar ochii sau buzele, ci și faptele lui sunt simțite de tine, chiar și viitorul împreună... Este important pentru tine, ca femeie, să-ți astupi urechile la vorbele bărbatului și să începi să-i percepi faptele.

Încrede-te în intuiția ta. Pot spune cu mâna pe inimă și chiar pe frunte că, dacă o femeie simte că un lucru este așa, el chiar așa și este!

Intuiția feminină

Intuiția ta de femeie este proverbială, e recunoscută dintotdeauna. Ea cuprinde o anume abilitate de a prevedea ceea ce se întâmplă într-o manieră cum numai vrăjitoarele știu să o facă. Nu degeaba ocupația de vrăjitoare este cvasi-rezervată femeilor... Cum aș putea să explic prin prisma meseriei mele această capacitate pe care și tu o ai?

Sunt mai mulți factori care se amestecă pentru a face posibilă intuiția. Unul dintre factori va fi descris în capitolul următor: inteligența emoțională. Ea face posibilă perceperea tendințelor altor oameni prin mesajele emoționale discrete pe care le trimit în jur.

Un alt factor este percepția sinestezică, adică acea capacitate a ta de a uni simțurile pentru a crea o senzație holistică: un parfum, plus o privire, plus o inflexiune a vocii alcătuiesc un „ceva" care te face să știi ce se va întâmpla. Ești o vrăjitoare, ce mai...

Ca urmare, femeia din tine are uimitoare capacități de orientare; și nu vorbim aici doar de orientarea în spațiul unui oraș, ci mai ales de orientarea în timp. Tu îți amintești mult mai ușor când v-ați întâlnit prima oară, pentru că memoria ta de lungă durată se folosește de emoțiile trăite atunci pentru a fixa evenimentul pe viață.

Inteligența emoțională

În lumea aceasta dominată de masculinitate tu ești superioară multor bărbați printr-o formă specială a inteligenței: cea emoțională. În ce constă ea?

În primul rând, tu poți conștientiza mai ușor ceea ce simți; asta înseamnă că senzațiile tale ajung la fel de ușor la reflexele tale ca și în conștiința ta. În gândul tău pot fi auzite frecvent fraze precum *Îmi place bluza, mi se potrivește culoarea!* Cam greu să auzi la un bărbat așa ceva... Această capacitate te ajută să reacționezi în armonie cu tine însăți, iar asta face parte din frumusețea ta.

Tot din inteligența ta emoțională face parte și abilitatea de a comunica emoțiile pe care le trăiești prin plâns, râs, mimică, gestică, maniere, artă etc. Faptul că tu, femeie, plângi mai ușor este un dar la care n-ar trebui să renunți, pentru că plânsul transmite peste tot în lume același mesaj limpede. Nu-ți stăpâni emoțiile, cum fac bărbații – pentru a stăpâni lumea. Și, dacă ești mamă, învață-ți fiul să spună ce-l doare, ce-l sperie, ce-l bucură, ce-l frământă, pentru a face această lume mai inteligentă emoțional și în rândul bărbaților.

Din categoria abilităților emoționale fac parte, la rândul lor, *simpatia* și *empatia*. Etimologic, a manifesta simpatie înseamnă a fi capabil să simți împreună cu celălalt același lucru. În schimb, a

manifesta empatie presupune a te putea transpune în locul celuilalt, a-i simţi emoţia ca şi cum ai fi înăuntrul lui.

Mai presus de toate, a fi inteligent emoţional înseamnă a găsi armonia între emoţiile resimţite şi fapte. Tu, femeie, chiar ştii să faci asta. În faptele tale se regăsesc emoţiile tale. Aceste emoţii fac legătura dintre tine şi celelalte fiinţe, dintre tine şi nevoile tale. Tu nu iei decizii *la rece*. Eşti influenţabilă, iar acest lucru arată că te poţi adapta mai bine mediului.

Instinctele tale

Eşti plină de instincte, femeie, iar prin asta păstrezi un adevărat depozit a ceea ce este natural pentru specia noastră. Multe dintre faptele tale sunt de neînţeles pentru cei din jur şi poate chiar pentru tine, căci vin din instincte pe care cultura umană le respinge ca fiind inferioare.

Instinctul de asimilaţie: ca să te dezvolţi

Instinctul de asimilaţie este acela care te face să te îngraşi, pentru a avea şanse în faţa unei solicitări care va urma; un serviciu nou, o concurenţă

din partea unei alte femei, frustrarea despărţirii de bărbat – pot fi momente care-ţi mobilizează resursele pentru a te adapta noii situaţii şi astfel ajungi să mănânci mai mult decât ai vrea.

Instinctul de asimilaţie este cel care face să se depună grăsimi în corpul tău, pentru a asigura hrana viitorului tău copil. Pentru asta, el ascultă de hormonii tăi, începând cu vârsta pubertăţii, când formele tale devin forme de femeie.

Ţi s-a spus vreodată că eşti materialistă? Că te interesează mai degrabă un bărbat care are casă, maşină şi bani mulţi? Cei care au spus asta despre tine nu ştiu că şi această meteahnă este tot una naturală, care are la bază instinctul de asimilaţie, necesar siguranţei pentru viitorul tău şi al copiilor tăi.

Dar nu numai alimentele sunt cele care devin materie primă pentru instinctul de asimilaţie, ci şi ideile; aşa ajungi să te intereseze cât mai multe lucruri despre o persoană şi să practici ceea ce răuvoitorii numesc bârfă. Curiozitatea unei femei este parte a nevoii instinctive de a acumula cât mai multe şanse în competiţia cu alte femei, în lupta cu mediul sau pentru întâlnirea cu partenerul.

Instinct sexual: glasul seminţiei

Ruşinoasă, cum îi stă bine unei femei, îţi este greu să discuţi despre sexualitatea ta, chiar dacă

pretutindeni în jur preocupările sexuale sunt la modă, vând totul și pun o presiune mare asupra tuturor. Instinctul tău sexual este mult diferit de manifestările erotice care se desfășoară în lumea aceasta.

Spre deosebire de un bărbat – care ar face sex aici și acum, o femeie care va face dragoste are nevoie de pregătiri minuțioase: un loc curat, o atmosferă specială, suficientă așteptare, fidelitate din partea partenerului...

Instinctul sexual de femeie este unul de lungă durată în manifestările lui. Femeia este greu de pornit pe calea sexualității, este educată să spună *Nu* pentru a selecta partenerul, dar odată adusă în starea erotică totul trebuie să ajungă până la capăt. Care capăt? Procrearea, desigur.

Aflată la vârsta maturității, femeia din tine se află sub imperiul a două instincte: cel sexual și cel matern. După cum spuneam mai sus, instinctul sexual este permanent stimulat de cei din jur, ca o adevărată cultură a sexualității. În schimb, odată ce nești, comportamentul tău este marcat de instinctul matern și astfel te găsești prinsă între presiunea sexuală a partenerului tău și presiunea afectivă a copilului tău.

Din câte am observat, există o mare neînțelegere între natura ta de femeie și sexualitatea practicată în jurul tău. Tu ai nevoie în primul rând de tandrețe, iar pentru asta accepți uneori apropierea

unui bărbat. Acest lucru demonstrează că nevoile tale în pat sunt mai degrabă emoționale decât sexuale; când va înțelege bărbatul tău acest adevăr?

Instinctul de mamă: te împlinești de la sine

Prin instinctul tău matern, te deosebești de toți. El te face femeie în multe situații de zi cu zi, nu doar când ai de-a face cu copilul tău. Atentă la momentele de vulnerabilitate ale ființelor din jur, vei avea mereu tendința de a interveni în favoarea celui slab.

Prin exercitarea instinctului matern, femeile aduc în cultura umană nu doar grija față de copii, ci și pacea, caritatea, chiar și o bună parte din credință. Nu este de mirare că femeile sunt cele care își doresc o lume fără de războaie, tot ele sunt cele care se implică în serviciile sociale și tot ele sunt cele mai credincioase; toate aceste virtuți au la origine instinctul matern.

Este natural pentru tine să iubești puii, ai oricui ar fi ei. Felul cum ți se luminează fața la întâlnirea cu un pui spune totul despre calitatea ta de mamă. Deși bărbații sunt aceia din partea cărora ne așteptăm la protecție, cea mai bună protectoare ești tu. Știi să iei în brațe, știi să simți empatic și capeți puteri nebănuite în situațiile în care trebuie să protejezi pe cineva.

Instinctul de conservare: pentru siguranță

Sunt destui bărbații care spun despre tine că ești materialistă... În viața ta de femeie se întâmplă destul de des să alegi compania acelor persoane care au destui bani încât să cumpere tot ce-și doresc: prietene cu fițe, bărbați cu bani, celebrități; ba chiar mai mult, ai o preferință de nestăpânit pentru filme în care personajele duc o viață îndestulată și pentru revistele care gem de reclame ale diverselor produse de lux. Este oare această pornire a ta atât de urâtă? De unde vine ea?

Ei bine, totul pleacă din instinct! Dacă te afli în situația descrisă mai sus este pentru că trei instincte își dau mâna spre a face ca viața ta să meargă bine:

– instinctul de asimilație, care cere să aduni pentru a te dezvolta;
– cel matern, care îți impune să-ți amenajezi cuibul pentru copilul ce va să vină;
– dar mai ales instinctul de conservare.

Prin instinctul de conservare ființa ta își caută siguranța. Unde o găsește? În cele mai surprinzătoare locuri, situații și persoane:

– La bărbatul care este mai înalt și mai lat în spate decât tine; te-ai întrebat vreodată de ce nu-ți

convine să ai un partener pipernicit? De ce îți place atât de mult să fii ținută în brațe când ești trecută pragul casei și când dormi cu El?

– În borcanele cu murături, pentru care începi să trudești la o anumită vârstă, doar ca să le vezi că sunt acolo, frumos aranjate.

– În plăcerea de a umple coșul la supermarket cu de toate.

– Acasă la mama, unde fugi după o ceartă urâtă, ca să dormi din nou cu perniță ta cea veche, chircită cu fața la perete (poziția aceasta este cunoscută de psihologi drept cea mai defensivă dintre toate, sub denumirea de *poziție fetală* – a copilului aflat în burtica mamei).

Spune-i soțului tău despre originea acestor preocupări pe care le ai. Pune-i această carte sub nas, chiar dacă se va strâmba, și ajută-l să înțeleagă că el este principalul furnizor de siguranță pentru tine...

Dacă ești fată, iar prietenul tău te acuză că te uiți după băieți cu mașină sau că ești interesată de bărbați mai în vârstă și cu bani, zâmbește-i înțelegătoare și urmează-ți instinctul; nu o faci doar pentru tine, ci pentru a consolida șansele de a avea un copil, o casă și un protector. Ar fi totuși de menționat un detaliu aici: dacă-ți urmezi instinctul de conservare în relație cu un astfel de om, învață cum să-i influențezi deciziile, pentru a nu deveni dependentă de el și atât...

Ai grijă ca instinctul tău de conservare să fie ponderat de celelalte instincte și de valorile celor pe care-i iubești. Altfel, riști să devii pur și simplu zgârcită. Cel mai sugestiv în acest sens este echilibrul între instinctul sexual, care cere să cheltui, și instinctul de conservare, care cere să economisești.

Când instinctul de conservare se dezvoltă atât de mult încât începe să predomine, e semn că persoana respectivă se îndreaptă spre bătrânețe. La vârsta a treia totul se cere a fi conservat: sănătatea (se înmulțesc drumurile la farmacie și urările de sănătate), banii (sunt adunați la saltea și chibzuiți peste măsură), chiar și vechiturile și ambalajele – care sunt cu atenție reciclate, spre disperarea celor care sunt tineri și fac risipă de orice.

Unul dintre aspectele fascinante ale siguranței femeii este apartenența. Ea este exprimată atât de frumos prin întrebarea: *A cui ești tu, femeie?* Te simți bine să fii *a cuiva*. Să fie el cel care veghează în jurul tău, care te apără sau cel care-ți vorbește despre viitorul tău și-ți promite luna de pe cer.

Ciudat, dar e posibil ca omul căruia îi aparții să fie unul agresiv cu tine. Tocmai el poate fi acela care te jignește, te lovește și te umilește. Cum de rămâi cu el atâția ani de zile? Explicația stă tot în nevoia de siguranță. Cel agresiv manifestă o formă de dominație, iar aceasta ajunge să fie resimțită ca

un fel de protecție. Peste tot în lumea vie masculul are tendința de a-și supune femela și de a o apăra de apropierea altui mascul. Când îi recomanzi unei femei bătute de soț să-l părăsească, cel mai probabil ea va răspunde astfel: *Și unde să mă duc? Să dau peste altul și mai rău? Mi-e frică... sunt SIGURĂ că o să mă găsească oriunde m-aș duce!*

Azi femeia se poate dezvolta personal, poate dobândi abilități profesionale și sociale care s-o facă independentă. Aceasta ar trebui să fie prioritatea ta înainte de a-l părăsi pe cel agresiv. Preocupându-te din timp să ai o profesie, să-ți faci prieteni și să ții legătura cu cei care te iubesc, îți vei face mult mai ușoară desprinderea de el.

Pentru orice ființă, locul de maximă siguranță este o incintă amenajată de ea, după trebuințele ei, unde se poate întoarce oricând are nevoie să-i fie bine. La oameni, acest loc se numește *acasă*.

Teritoriul femeii

Bărbații vor să stăpânească totul în jur. Pământurile, uneltele, armele, creațiile și, mai mult decât atât, ei vor să-și stăpânească și femeia. Ei bine, dacă lumea e stăpânită de bărbați, femeilor ce le mai rămâne să stăpânească?

De bună seamă, lor le rămâne să-i stăpânească... pe bărbați! Majoritatea femeilor țin la fidelitatea bărbatului cu care sunt și nu l-ar împărți cu nimeni. Pentru bărbatul ei, o femeie s-ar lupta cu oricare altă femeie, cu prietenii lui, cu mama lui, cu mașina lui, chiar și cu el însuși; ar folosi orice mijloace și ar merge până-n pânzele albe.

Bărbatul tău este un teritoriu pe care-l poți stăpâni destul de ușor... Dar cum intri-n posesia lui? De cele mai multe ori este suficientă o privire, când tu apari, mai frumoasă ca oricând, în preajma lui. Există un ritual care marchează acest legământ: momentul primei atingeri erotice, când bărbatul face o adevărată promisiune, uneori fără să-și dea seama.

La rândul tău, și tu faci o serie de gesturi de a căror însemnătate nu-ți dai seama, pentru a-ți păstra bărbatul în posesie; de exemplu, îi aranjezi nodul cravatei înainte de plecare, îți place să-i alegi hainele și parfumurile, nu lași pe alta să-i facă masaj...

Fă în așa fel, încât să nu exagerezi cu posesivitatea ta asupra bărbatului, pentru că riști să-i creezi senzația de constrângere. Dacă bărbatul simte că-și pierde libertatea sau că este obligat să facă gesturi frumoase, va încerca să fugă.

Teritoriul femeii nu este atât de întins precum este teritoriul bărbătesc. Dacă un bărbat ar vrea să

domine pământuri întinse, domenii întregi de activitate, populații întregi, femeia are un teritoriu cât un punct. Am descris mai sus omul iubit ca fiind acest punct, dar adevăratul loc de desfășurare al femeii este casa.

În casa ta îți concentrezi mai toate speranțele de împlinire. Porți imaginea ei încă de când ești mică și-ți dorești să pleci odată din casa părinților. Știi deja ce culori vor avea pereții ei, cum vor fi perdelele, draperiile, covoarele, iar înăuntrul casei îți vezi copiii jucându-se.

În casa ta se află obiecte cu care ai o relație specială. Dacă vreo străină se atinge de ele, ai o reacție precum cloșca atunci când cineva se atinge de ouă. E suficient să-ți umble cineva în parfumuri, să-ți mute mobila prin casă sau să doarmă în patul conjugal în locul tău, ca să ai reacții dintre cele mai ostile.

Mai mult decât atât, în cultura universală există numeroase exemple de maniere aparent ciudate care pot fi explicate prin instinctul teritorial al femeii. De exemplu expresia *a spurca*! Femeile simt nevoia să spele obiectele atinse de persoane străine și își protejează copiii și soțul de astfel de contaminări.

Față de propriul teritoriu, orice individ are atitudini clare.

– Tinde să-l amenajeze astfel încât să-i fie potrivit lui – așa cum și tu o faci cu casa ta.

– Este cel mai vehement când un intrus se află în centrul teritoriului său; armatele apără cel mai eroic capitala, iar fotbaliștii țin cel mai mult să câștige meciurile jucate acasă.

– Face concesii când se află pe teritoriul altuia; ai observat că oamenii aflați în vizită sunt mai politicoși, cer voie, fac complimente gazdei?

Sunt convins că ai observat astfel de manifestări și în comportamentul tău. Acum știi și de ce apar ele...

Instinctul gregar

Unul dintre cele mai umane instincte este instinctul gregar. Neînțelegându-i valoarea, unii îl numesc *instinct de turmă*, pentru că li se pare că a te lua după alții e un defect.

De fapt, marea calitate a instinctului gregar este aceea de a uni oamenii necunoscuți pentru un scop comun. Închipuie-ți că ia foc casa cuiva; te-ai duce să dai o mână de ajutor la stingerea incendiului, chiar dacă nu-l cunoști pe proprietar? Probabil că da... Așa ar face mulți trecători, fără să stea prea mult pe gânduri, iar această atitudine vine din instinctul lor de ființe sociale, care au capacitatea naturală de a trăi în grupuri organizate.

Instinctul gregar declanșează la oameni multe fenomene aparent conștiente, cum ar fi:

– coeziunea socială (oamenii tind să se ajute, chiar dacă nu sunt rude)

– dezvoltarea comunităților (așa se explică patriotismul local, preocuparea pentru a avea un oraș frumos)

– umanismul în atitudine (de exemplu voluntariatul)

– comunicarea publică (difuzarea unor informații care să fie valabile pentru toți, în beneficiu comun).

Femeile sunt, cu siguranță, actorii principali pentru manifestarea instinctului gregar în comunități. Ele sunt acelea care trag semnale de alarmă, identificând situațiile periculoase pentru cei mai vulnerabili membri ai societății. Ele predomină în actele de caritate, în serviciile sociale sau de îngrijire. Când bărbații merg la război pentru a-și disputa teritorii, femeile vin să le panseze rănile.

Poate că ți s-a întâmplat deja să mergi prin parc cu copilul în cărucior, iar o femeie necunoscută să se apropie de copilul tău zâmbind și să intre în vorbă cu tine, spunându-ți: *n-ar fi mai bine să-i puneți căciulița? Bate puțin vântul...* Această femeie este capabilă să poarte de grijă copilului tău, dacă el s-ar pierde vreodată de tine...

Ar fi minunat să faci parte din cel puţin un grup al femeilor din comunitatea ta. Asociate astfel, veţi putea împreună să influenţaţi deciziile bărbaţilor, aşa încât locul în care trăiţi să fie mai sănătos, mai frumos şi mai sigur pentru copiii voştri.

Îţi stă bine cu instinctele tale? Îţi dau ele feminitate, sau crezi că sunt animalice şi trebuie să fie ascunse? Eu cred că este important să-ţi cunoşti pornirile, pentru că astfel ai şansa de a lua decizii în armonie cu ele. Dacă o persoană acţionează împotriva tendinţelor ei naturale, poate să trăiască într-un conflict cu propria persoană, iar acest proces se numeşte *nevroză*.

Cel mai bine îţi poţi cunoaşte reacţiile instinctuale imediat după anumite întâmplări intense. Observi că ai avut o reacţie sau alta, fără să te fi gândit prea mult:

– ai fost prea curioasă
– te-ai excitat inexplicabil
– ţi-a fost frică degeaba
– ai cumpărat prea multe
– te-ai purtat urât cu musafirii
– ai vorbit cu un necunoscut.

Probabil că te întrebi dacă ai procedat corect, e posibil să-ţi fie ruşine cu ceea ce ai făcut, dar cunoscând cauza acelor reacţii vei putea să mergi mai departe zâmbind, pentru că ştii că acea decizie a fost luată demult, de dinainte de a te naşte tu!

5. Tu eşti fetiţă, să ştii!

Cineva ţi-a spus că eşti fată şi aşa a început totul. Nu degeaba scrie în Cartea Sfântă că începutul este făcut prin cuvânt. Când unui om i se spune convingător că este cineva, el intră în acel rol – uneori pe viaţă. Pe parcursul unei şedinţe de hipnoză, o persoană căreia i se spune că este găină poate începe să cotcodăcească. În ceea ce te priveşte, ai trăit o vreme (aproximativ doi ani) când ştiai de la alţii că eşti fetiţă, fără să fi descoperit asta prin mijloace proprii. Ştiai să spui „Eu sunt fetiţă" aşa cum ai fi spus o poezie pe dinafară.

Sunt în lume comunităţi în sânul cărora copiii trăiesc mai mulţi ani fără să-şi pună problema de ce sex sunt. În multe sate din Peru, de exemplu, toţi copiii sunt îmbrăcaţi la fel, iar pe la vârsta de nouă ani are loc un ritual care le impune băieţilor să se considere urmaşi ai bărbaţilor; restul rămânând să se considere fete... Chiar şi în unele sate din Ţara Bârsei, copiii sunt numiţi băieţi indiferent de sex, până când fetele se fac de măritat.

Așa se explică de ce multe fetițe, după ce s-au considerat egale cu frățiorii lor, au constatat cu dezamăgire că lor le lipsește ceva din chiloței și au dezvoltat ceea ce psihanaliștii numesc „invidia penisului"*, adică un perpetuu complex de inferioritate al fetelor față de băieți.

Din tot ce scrie până aici putem deduce un lucru important: ideea că ești fetiță nu a venit prima dată de la tine, ci ți-a fost sugerată de către alții.

Cine a vrut ca tu să fii femeie?

– Este o simplă întâmplare faptul că ești femeie?
– Este alegerea ta?
– Sau pur și simplu anumite persoane vor de la tine asta?

Dacă este o întâmplare, poți spune că ești legată de soartă și te simți probabil neputincioasă. Dacă tu crezi că este alegerea ta, este posibil să pierzi contactul cu realitatea și cu oamenii apropiați. Dacă ești femeie datorită cuiva, ar fi bine să afli ce vrea de la tine. Să ne apropiem, pe rând, de toți cei care-ți influențează feminitatea.

---

* Majoritatea psihanaliștilor clasici erau bărbați; am putea spune că, de fapt, ei aveau un complex de superioritate, ca purtători de penis, dar acesta e un subiect al unei eventuale cărți *Cine m-a făcut bărbat?...*

6. *Mama*

Oare este mama percepută altfel de fetițe decât de băieței? Înainte de împlinirea vârstei de 3-4 ani, nimic nu pare să deosebească atitudinea copiilor față de mama lor, în funcție de sex. În schimb, mamele fac deja diferențe între fiică și fiu, fiind influențate de cultura din care fac parte și de bărbatul care le este tată.

Unele mame prețuiesc mai mult băieții, tratându-i cu gesturi mai clar protectoare, conștiente de prețul pe care-l pun comunitatea și bărbatul lor pe sexul masculin al urmașului; altele așteaptă cu mare nerăbdare să se nască o fetiță, pentru a împlini prin intermediul ei ceea ce n-au reușit în viața personală.

După vârsta de 4 ani, relația între fetiță și mama ei devine specială. În cadrul dobândirii conștiinței de sine, cea mică începe să caute răspunsuri la întrebarea „Cine sunt eu?". Ea se pricepe deja să-i imite pe cei din jur pentru a exersa adaptarea la lume, iar acest lucru poate fi influențat de o

afirmație importantă: „Tu ești fetiță, ca și mine." Dacă mama însoțește această afirmație cu gesturi preferențiale, cum ar fi statul alături la oglindă, baia împreună, jocul cu păpușile, micile gesturi cosmetice și vestimentare, fetița va găsi suficiente motive pentru a fi ca mama.

Unele dintre acțiunile mamei sunt impresionante pentru fetiță. Ritualul machiajului – cu culorile lui sclipitoare, părul pieptănat cu gesturi solemne, bijuteriile prețioase – toate o transformă pe mamă într-o prințesă admirabilă. Dintre toate aceste minunății ale mamei, una este de-a dreptul fascinantă: îmbrățișarea oferită tatălui... un alt personaj de neînlocuit pentru fetiță.

Nimic nu se compară cu influența pe care o are mama asupra acestui gigant al familiei, care deține voce tunătoare și gesturi hotărâte. Mama îi oferă lui un timp intens emoțional, fie că e petrecut în certuri, fie în tandrețuri. Cum să nu vrei să fii în locul mamei? Această năzuință a fetiței este numită de *psihologi identificare. Totul pare minunat, pozitiv* de la un capăt la altul, numai că pe lumea aceasta nu e loc pentru doi oameni identici...

Așa se ivește competiția cu mama. Atât de încrâncenată uneori, încât pare o chestiune de a fi sau a nu fi. Cu cât tatăl este mai dorit de fetiță, cu atât mai importantă este înlăturarea mamei din preajma lui. Această nevoie de a o înlătura pe cealaltă se

păstrează până la vârsta adultă, când singura soluție în competiția cu altă femeie este ca aceasta să nu existe.

Sunt unele mame care se mențin frumoase până târziu, la vârsta la care fiicele lor încep să-și dorească să fie frumoase. Ba chiar se întâmplă ca fiica să fie mai plinuță, iar mama să meargă la fitness, afișând un corp de invidiat. Invidia fiicei față de mama ei capătă, în această situație, dimensiuni care duc până la nevroză.

Cum este mai bine să se producă desprinderea fiicei de mama cu care se află în competiție de-o jumătate de viață? În unele cazuri, acest lucru se întâmplă odată cu redescoperirea tatălui, alteori prin descoperirea partenerului ideal; cert este că un bărbat care-i oferă exclusivitate o poate face pe fată să simtă că este mai femeie decât mama ei.

Tu unde o găsești pe mama ta?

– Este înăuntrul tău, ca o zestre prețioasă?

– Este undeva în urma ta, ridată, bătrână și inutilă?

– Sau va veni diseară peste tine fără să o chemi, ca o stăpână a casei tale?

În primul caz, găsește momente ca să te bucuri de ea. În al doilea caz, caută-i frumusețea în trecutul ei. În al treilea caz, fugi la munte cu bărbatul tău!

7. Tatăl

Într-o altă carte, spuneam că tatăl este primul bărbat însurat din viața unei fete, iar acest lucru va avea impact deosebit asupra concepției despre fidelitate pe care o dezvoltă viitoarea femeie. Acest bărbat are două trăsături care se află în conflict:

– este unic – de neînlocuit,
– dar nu poate fi partener sexual.

Caracterul unic al tatălui îl face să pară prețios pentru fiica lui. Ca orice copil, ea îl așteaptă să apară seara, după o absență de peste zi în timpul căreia și l-a închipuit cât mai potrivit cu năzuințele ei. În plus față de așteptările de copil, fiica resimte o tensiune care se construiește în fiecare zi din faptul că nu-și poate atinge tatăl oricum și oricând, cu toate că îl iubește.

Iubirea unui copil mic este amestecată cu trăiri care, dacă ar fi ale unui adult, ar putea fi incluse în categoria erotismului. Așa cum sugarul trăiește ca pe un orgasm apropierea de sânul mamei, cea mică simte cu tot corpul ei, cu toată intensitatea, emoțiile

apropierii de tată. În *Amélie*, un film de mare sensibilitate despre lumea unei fete, este redată sugestiv iubirea celei mici pentru tatăl ei, medic pediatru, care și-a tratat fiica ani de zile pentru că bătăile inimii ei erau prea accelerate când o consulta.

La rândul lui, tatăl vede în fiica lui câteva dintre trăsăturile unei femei:

– e curată
– e timidă în preajma lui
– e ca o prințesă când se îmbracă festiv
– e a lui.

Dar e fiica lui și are toate motivele să se înfrâneze față de ea. Trebuie să fie foarte atent... Incestul între tată și fiică se află sub un tabu puternic și acest lucru îl determină pe părinte să-și cenzureze fiecare privire în direcția ei, chiar dacă fetița se străduiește să-l seducă prin toate mijloacele.

Un tată puternic, deștept, interesant, iubitor, care știe să ofere momente speciale devine bărbatul ideal pentru fiica lui. Așa se explică de ce, între grădiniță și pubertate, multe fete pot fi auzite spunând: „Eu nu mă mărit cu nimeni în afară de tata!" Ce băiețaș de vârsta ei ar putea concura cu acest gigant? Nu e de mirare că fata nu va accepta relații cu băieții din aceeași generație, dar va fi fascinată să devină partenară a unor bărbați în toată puterea, mult mai în vârstă decât ea...

Tatăl tău te-a pregătit să fii o femeie potrivită cu bărbatul care-ar fi vrut să fie el. Dacă s-a vrut un curtenitor, tu ești o curtată; dacă a fost un moale, tu ești o obraznică; dacă a fost un geniu, tu ești o studentă de-a lui.

Iată deci care sunt acele detalii de femeie pe care le ai de la tatăl tău:

– Senzația de a fi înțeleasă de un bărbat. El este capabil să te privească numai în ochi.

– Apropierea față de un om însurat. El face dragoste cu altă femeie, iar tu trebuie să trăiești cu asta.

– Cum este să admiri un bărbat fără să te culci cu el. Să stai confortabil lângă el, fără să porți teama atingerii nepermise.

– Cum este să fii protejată mereu, necondiționat și dezinteresat. Îți este fidel și nu-ți cere nimic pentru asta.

– Cum se ține o șurubelniță... El este primul care-ți arată că poți, spre ciuda băieților din viitorul tău.

– Cum arată un bărbat în conflict cu soția. Ești de partea lui și simți că, spre deosebire de nevastă-sa, ai ști cum să-l iei...

– Cum se vede adulterul pe gaura cheii. Este un monstru; la ce bun să te mariți, dacă vei plânge toată noaptea, ca mama ta?

Fă în așa fel, încât iubitul tău să-ți cunoască tatăl. Dacă simți că tatăl tău a fost și-ți rămâne

protector pe viață, îl va împiedica pe iubitul tău să te rănească. Dacă tatăl tău a fost un monstru, ajută-l pe iubitul tău să-l învingă.

Castelul clădit de tata în jurul tău are o fereastră, prin care se vede frumusețea ta; cine se va încumeta să sară pe fereastră și să te atingă altfel?

8. Primul bărbat

În urmă cu mai bine de un secol, Konrad Lorenz, fondatorul unei discipline numite *etologie* – știința comportamentelor universale –, a fost surprins să constate că bobocii de gâscă tocmai ieșiți din găoace în lipsa mamei lor îl urmau peste tot, ca și cum el ar fi fost gâsca-mamă. Lorenz a explicat acest fenomen prin faptul că primul eveniment în relație cu cineva, petrecut într-o împrejurare unică și intensă, duce la o atașare durabilă de acel cineva, numită în etologie *imprinting*.

Primul partener aduce cu sine trăirea primei atingeri interzise. O emoție copleșitoare se declanșează atunci, iar intensitatea ei vine tocmai din caracterul ei interzis, dar și din așteptarea îndelungată care o precedă. Poveștile cu prinți, filmele de dragoste, revistele cu pictoriale, mărturisirile prietenelor mai în vârstă – toate conturează pentru fată un tablou anume despre apropierea de bărbatul dintâi și dau solemnitate acestui moment.

Pentru orice femeie, atingerea tandră a bărbatului este o promisiune fermă, ca o vrajă. Începând

cu acest moment, tot viitorul ei se schimbă într-un fel tulburător – nimic nu va mai fi ca înainte.

Această primă atingere întrunește două elemente:

– eveniment în premieră, care nu seamănă cu alte experiențe de viață;

– intensitate emoțională mare, de neuitat...

...adică exact ceea ce Lorenz definea drept *imprinting*. Nimeni nu uită prima noapte de dragoste și nici primul partener cu care a fost trăită acea noapte.

Acest om este de bună seamă un bărbat străin, venit dintr-o cu totul altă familie, având cu totul alte concepții. Să nu uităm că, prin educație, ai fost prevenită să te ferești de tot ce este străin, pentru că este periculos:

– Lumea e rea, mamă!

– Nu te duce cu un străin la el acasă! (Află că majoritatea abuzurilor sexuale vin din partea unor persoane cunoscute!)

– Cu ăsta te-ai găsit să vorbești?

– Ai văzut la televizor ce se poate întâmpla!

Așa ajungi ca în sinea ta să se ducă lupta între instinctul de conservare și mult așteptata chemare a dragostei. Genetica speciei cere ca tu să cauți un partener străin, pentru a asigura diversitatea ca șansă de adaptare.

E de înțeles, numai că El este individul pe care tata a încercat prin toate mijloacele să-l împiedice să pună mâna pe prințesa lui. Ca un împărat din poveste, tatăl tău l-ar fi trimis pe pretendent să îndeplinească sarcini imposibile, doar-doar o renunța la mâna fiicei lui și la jumătate din împărăție. Dar El este construit să insiste până reușește, să conteste autoritatea rigidă și conservatoare a tatălui, să sară gardul protector construit de bătrân în jurul familiei lui. Ce obraznic!

În competiția acerbă care îi stăpânește viața, orice bărbat vrea să fie primul și singurul din viața ta, să te învețe să faci sex, ca și cum el ar ști totul despre tine. În urma unei evaluări a cunoștințelor despre sexul opus în rândul elevilor de liceu, am dedus că 85% dintre băieți nu știu pe unde face pipi o fată... Cu toate acestea, mai toți băieții se consideră pregătiți să fie primii și singurii bărbați.

De la primul bărbat ai în prezent o listă întreagă de amănunte, majoritatea greu vizibile, dar bine înrădăcinate în feminitatea ta:

– Partea pe care o studiezi când privești un bărbat interesant, fie că este fața, fie că sunt fesele, aceste elemente au fost primele pe care le-ai privit pe îndelete la cel cu care ai petrecut un timp erotic. Vei continua să le cauți și la următorii bărbați, ca pe niște calități care te dau gata.

– Cum te aştepţi să fii atinsă la prima întâlnire. *Acum o să-mi pună mâna pe genunchi, cum a făcut şi celălalt!*

– Etaloanele pentru dimensiuni şi durată în dinamica actului sexual. O vreme, vei compara aceste detalii ale partenerilor tăi cu detaliile primului partener, în măsura în care ai ţinut ochii deschişi...

– Frica de sex. Durerea şi anxietatea nu pot fi uitate uşor. Dacă însoţesc primele acte sexuale, vor marca întreaga viaţă intimă a femeii.

– Maximumul de romantism, sau...

– ...dezamăgirea maximă. Toate fetele visează că primul partener sexual va fi un romantic; şi, cu cât visează mai detaliat, cu atât mai dezamăgite riscă să fie (vezi sindromul Peggy Lee, în cartea *Lecţii particulare**).

– Mirosul cuiva de sex opus. Simţul olfactiv este una dintre cele mai vechi căi de a memora ceva; de aceea, el joacă un rol important în *imprinting*.

– Senzaţia de exclusivitate: pe lume nu existăm decât noi doi. Vom fi toată viaţa împreună; nimic nu ne va putea despărţi. Acest sentiment profund este trăit de multe fete după prima noapte de dragoste.

– Senzaţia de corp străin în tine. Două sunt marile senzaţii de acest gen: prezenţa sexului partenerului şi prezenţa copilului tău. Majoritatea bărbaţilor

* Dr. Cristian Andrei, *Lecţii particulare*, Editura Humanitas, Bucureşti, 2008.

heterosexuali nu au parte de aceste senzaţii şi de aceea nu prea ştiu să fie atenţi cu partenera în pat.

– Diferenţa între ce ştii şi ce simţi la un bărbat. Pentru prima dată, te confrunţi cu manifestări ciudate la tine: ştii că n-ar trebui să fii cu el, dar îţi vine să rămâi în braţele lui. Parcă înainte erai mai hotărâtă...

– Senzaţia de a fi nepregătită pentru apropiere. E ca un tobogan, e ca prima dată când intri în mare.

– Multe alte lucruri, particulare ţie sau experienţei tale cu el.

Ce faci cu amintirea primului bărbat din viaţa ta? O povesteşti doar prietenelor adevărate, dacă şi ele ţi-ar povesti-o pe a lor? O scoţi de la naftalină ca pe un etalon în evaluarea altor bărbaţi? O ţii ascunsă bine, pentru că, dacă s-ar afla că nu era un om potrivit pentru tine, te-ai face de râs...

De ce nu ai rămas cu el? Dacă stai să te gândeşti bine, bietul băiat trăia sub o imensă presiune: presiunea celorlalţi băieţi, de a avea un număr cât mai mare de partenere; presiunea părinţilor, de a găsi o fată potrivită cu aşteptările lor şi de a se căsători la o anumită vârstă; presiunea concepţiei despre dragostea dintâi, cum că ar fi un lucru trecător, mai degrabă o amintire frumoasă decât un fundament în viaţă...

Uneori ar fi bine să-l revezi pe primul bărbat din viaţa ta; crede mă, e mult mai intens decât

dacă ai privi o fotografie veche... Te-ar ajuta să te desprinzi de anumite concepţii greşite despre bărbaţi, despre dragoste, despre tine.

Deşi ai luat în serios relaţia cu primul bărbat din viaţa ta, se poate întâmpla ca el să nu aibă decât o valoare simbolică pentru tine. Tu eşti de fapt în căutarea unui anume bărbat...

9. Bărbatul-pereche

Un bărbat care să fie jumătatea ta este acela care-ţi dă senzaţia că fără el n-ai fi împlinită. Dar ce înseamnă de fapt împlinirea alături de un bărbat?

Atunci când adresez vreuneia dintre pacientele mele întrebarea *Tu pentru ce te-ai născut?*, primesc invariabil răspunsul: *Ca să iubesc, să am un soţ, copii şi o casă*. Cred că acestea sunt elementele împlinirii unei femei, iar bărbatul tău pereche este acela care te ajută să atingi aceste deziderate.

El te face să-l iubeşti în aşa măsură, încât nu poţi concepe nici un detaliu de viaţă fără el; iubirea faţă de el nu este dorinţă, ci este un torent care te poartă într-o direcţie anume. Tot el este acela pe care nu-l poţi refuza când te cere de soţie; chiar dacă te temi să intri în viaţa de familie, simţi că totul ar fi mai uşor alături de acest bărbat.

El este cel de la care ai vrea să ai copii, frumoşi ca el, deştepţi ca el – lucru care-i convine şi lui de minune. Tot el este cel capabil să facă o casă cu

tine: îți dă senzația că poate trage înainte viața ta după el, că are grijă de toate aspectele, orice s-ar întâmpla. Ce mai, arată ca un prinț pe cal alb, venit dintr-o poveste inevitabilă și completă...

În lipsa unui tată care să te fi impresionat cu personalitatea lui, ai putea să crezi că primul bărbat este bărbatul-pereche, pentru simplul fapt că nu poate fi comparat cu un altul. Mai toate femeile îndrăgostite ar putea să jure că de data asta l-au găsit pe cel care le era sortit să le fie soț. Numai că pentru a rămâne cu bărbatul-pereche este necesar să fii și tu pregătită să-l vezi și să convieţuiești cu el. De multe ori, el este cel pe lângă care ai trecut sau cel care de multă vreme se străduiește să se apropie de tine.

Iată o lecție pe care am învățat-o de ceva vreme de la femeile cu care am vorbit despre relația cu omul sortit:

– Dacă te simți rău când bărbatul tău este departe de tine și ai vrea să vină mai repede, în schimb te deranjează prezența lui și te certi cu el una-două, înseamnă că acesta este doar un bărbat de care ai nevoie.

– Dacă te simți bine când el este plecat și nu-ți place când îți este aproape, înseamnă că ești deja îndrăgostită de un altul.

– Dacă ți-e bine și când e lângă tine, și când este departe, înseamnă că trăiești o dragoste adevărată, care se întinde peste tot, iar acesta este bărbatul tău pereche.

Cu bărbatul-pereche ai șansa să te simți cu adevărat femeie, dar nu el te-a făcut femeie; el beneficiază mai degrabă de femeia care ești și care a fost făcută de toate acele împrejurări de dinainte.

Unele femei mi-au spus că față de bărbatul-pereche simt o strângere de inimă, un fel de teamă de a nu-l pierde. Acesta este un semn al dependenței față de el, o trăire care datează probabil de pe vremea pierderii tatălui. Trebuie să menționez aici faptul că se întâmplă adesea ca acesta să nu fi fost bărbatul-pereche, dar să fi devenit prețios odată cu amenințarea pierderii lui.

Este important să înveți să te relaxezi în viața cu bărbatul tău pereche. Nu-l încărca cu prea multă răspundere sau dramă. Probabil că și el te consideră femeia-pereche; trebuie să știi cum să rămâi și să te dezvolți în acest rol. Pentru asta, poți face o vizită la Institutul de Relații Umane.

10. Celălalt bărbat

Este pe deplin posibil ca bărbatul cu care ești să nu fie acela care să-ți aducă împlinirea. Zilele tale se scurg alături de el, iar tu realizezi tot mai clar că nu-ți place mai nimic din ceea ce faci cu el. Un alt bărbat este aproape întotdeauna în preajmă, gata să-ți spună că meriți mai mult.

Acesta poate fi și un prieten bun de-al bărbatului tău, cu care simți nevoia să te sfătuiești, sperând să afli lucruri noi despre al tău de la cineva care-l cunoaște bine.

Ar putea fi și un coleg de la serviciu, care te observă de mult de la o distanță numai bună pentru a te dori. În mediul securizant al locului de muncă e timp pentru interacțiuni erotice discrete și nevinovate, capabile să te facă să te simți aleasă din priviri; acolo ești îmbrăcată îngrijit, acolo există oameni selectați pentru a fi compatibili cu un mediu cu care și tu ești compatibilă; este suficientă o confesiune din viața ta intimă și colegul tău va da dovadă de grijă pentru tine.

Ar putea fi, de fapt, orice bărbat care încă nu te-a atins. Acesta este bărbatul străin, al cărui comportament este distinct pentru tine. El este dispus mai mult ca oricine să-ți adreseze complimente. El este unul care-ți sare oricând în ajutor, iar asta îl deosebește de bărbatul aflat în viața ta de atâta timp și care trăiește în stilul rutinat al convieţuirii. Acest bărbat străin este capabil să-ți producă emoțiile acelea de-nceput, când orice aluzie sau orice atingere întâmplătoare te făceau să tresari.

Acest alt bărbat este setat în modul erotic, cu totul diferit de modul de convieţuire. Necunoașterea lui, necunoașterea acțiunilor lui produc anxietate, iar anxietatea este maxima emoție a cuiva.

Poate de aceea ar fi trebuit să știe al tău să facă din când în când lucruri neașteptate de tine. Modul erotic al unui bărbat este un mod activ, atent cu sine și cu tine, selectiv – adică gata de a arăta ce are mai bun. Bărbatul aflat la *modul erotic* este generos, risipește resursele sale – în timp ce bărbatul aflat la *modul de convieţuire* face economii, este neglijent și se îngrașă de atâta pasivitate.

Cum te face un bărbat străin să te simți femeie?

– Te întâlnește acolo unde ești pregătită pentru întâlniri. Te-ai machiat de dimineață, te-ai dat cu parfum după ureche, ai pus pe tine bluza cea nouă, iar toate acestea trebuie să fie arătate. Cui?

– Te ia de la capăt, făcând să fie totul ca la început. El nu-ți cunoaște defectele. Oricum, nu vei ajunge cu el în pat (îți spui), așa că poți să te joci puțin cu el, arătându-i suprafețele tale. Dar dacă va afla prea multe despre tine?

– Te alege pe tine, dintre atâtea câte a avut și câte sunt. Se vede pe el că se pricepe la femei. Ce-o fi văzând la tine? Probabil că vede bărbații care te-au avut și care sunt...

– Te pune într-o lumină nouă, în care ajungi să-ți placă de tine. Ochii lui sunt o oglindă atentă. Dorința lui te face să fii atentă la tine. Chiar dacă te ferești de el, nu ți-l poți scoate din minte.

După opinia mea, orice femeie, fie ea căsătorită sau chiar îndrăgostită, ar trebui să acorde atenție și altor bărbați decât acela cu care este, din cel puțin două motive:

1) capătă un tonus deosebit, formându-și o bună părere despre sine;

2) își motivează bărbatul să fie în permanență atent la ea.

Dacă ai curaj, poți acorda atenție bărbaților străini, cu o singură condiție: să pui o limită și să o respecți în primul rând tu. În cultura femeilor, acest joc se numește flirt și este practicat de persoanele aflate la adăpost față de atingeri, dar doritoare să afle dacă sunt valabile ca partenere.

11. Mentorul femeii

Un mentor este un om bogat. Este atât de bogat, încât poate să dea și altora, fără să simtă că pierde. Cred că-ți dai seama, bogăția lui este experiența de viață pe care o are. Dar ce importanță are el în viața unui om?

Trebuie să facem diferența între un *mentor* și un *idol*. Spre deosebire de mentor, idolul nu are timp pentru tine, deși este la fel de admirabil și de fascinant. El nu-și dedică viața devenirii tale. Din păcate, piața culturală de astăzi este plină de idoli și foarte săracă în mentori adevărați. Nu uita că, dacă un om nu are timp pentru tine, oricât de atrăgător ar părea ca imagine, el nu este bun pentru dezvoltarea ta.

Rolul mentorului este acela de a te ajuta să devii cineva ca el, poate chiar mai mult. Este firesc să consideri că mentorii tăi sunt în primul rând părinții. Fiecare dintre aceștia și-ar dori să te influențeze cât mai mult. Îți amintești de vremea când erai o fetiță bucălată? Obrajii tăi trandafirii cereau toată

ziua să fie pupați, drăgălășenia ta cerea să fii băgată în seamă. Când în jurul tău se strângeau rudele, toți voiau să te țină în brațe. Erai întrebată din când în când: „Tu pe cine iubești mai mult?"

De-a lungul întregii tale vieți de femeie, oamenii se întrec să te influențeze, parcă ești făcută pentru asta... Pe măsură ce crești, ajungi să-ți alegi singură anumiți oameni care să te influențeze. Un singur om îi întrece însă pe toți. Acesta este Mentorul. Pentru fete, primul mentor este mama, dar sunt și multe fete pentru care tatăl este adevăratul mentor. Despre aceste două personaje din familie am mai discutat în această carte, dar hai să mai cunoaștem încă unul: *bunicul*.

Uneori, bunicul este un mentor mai potrivit decât părinții, pentru că are o calitate în plus: el știe să dăruiască fără să ceară nimic. În plus, are în spate o întreagă istorie de viață, care se regăsește în înțelepciunea lui. Lipsit de ambiții personale în ceea ce privește propriul viitor, bunicul se poate ocupa relaxat de viitorul tău. El știe să-ți spună povești din care să tragi singură concluzii și știe să dea sfaturi doar atunci când sunt cerute. Dacă modelul tău de mentor a fost bunicul, atunci te vei aștepta și de la alți oameni importanți din viața ta să-ți povestească lucruri interesante și să-ți dea sfaturi.

În general, mentorul este un om care nu vrea să-ți fie partener sexual. Se simte în comportamentul lui un dezinteres față de această arie. Ar putea

să te mângâie pe creștet fără să i se schimbe respirația. Ar putea chiar să te vadă dezbrăcată, fără să facă ochii mari. Din păcate, după ce că numărul mentorilor din ziua de astăzi este destul de mic, o bună parte dintre aceștia își doresc să fie mentori și... în pat. Lumea e plină de bărbați, trecuți de o anumită vârstă, care știu să-și folosească experiența de viață pentru a le iniția pe diversele femei tinere în tainele vieții... intime. Nu vreau să spun că este neapărat ceva rău în asta, dar cred că tu ar trebui să înveți cum să delimitezi latura cognitivă a mentorului, adică cea legată de cunoașterea vieții, de latura sexuală.

Cum îți influențează mentorul evoluția ca femeie? El te ajută să cunoști; cel mai bine, te ajută să te cunoști pe tine. Mentorul te încurajează, găsindu-ți calitățile și sprijinindu-te să ți le dezvolți. Mentorul este un punct de reper; te gândești la ceea ce ar face el și când nu este lângă tine să te îndrume. Mentorul te ajută să-i respecți pe alții, până când ajungi să fii la rândul tău respectată. Din păcate, un mentor poate avea și efecte negative. Dacă el este bărbat, te poate influența să-ți dorești ca la rândul tău să fii bărbat. Un alt defect devastator al mentorului-bărbat este acela că, dacă te inițiază în amor și te părăsește, el te face să suferi mai mult decât oricine altcineva.

Date fiind aceste dezavantaje ale mentorului-bărbat, ar fi minunat dacă ți-ai găsi drept mentor

o femeie admirabilă. Dar de unde să o iei? O femeie mentor este mândră că este femeie. Experiența ei de viață o îndreptățește să poată face față oricărui bărbat. Din păcate, o femeie mentor nu prea știe să se dea în spectacol, așa cum fac bărbații cabotini. Ea nu este nici atât de cochetă precum o femeie obișnuită și de aceea nu este ușor de găsit, de remarcat. O poți căuta în medii profesionale de elită, în biblioteci sau în echipe de bărbați. Dacă ai timp să te învârți prin astfel de medii, vei întâlni o femeie discretă, care la început ți se va părea puțin ștearsă. Dându-i voie să-ți povestească despre ea și privind-o în acțiune, îi vei descoperi și frumusețea. Adesea bărbații din jur se poartă urât cu femeia mentor. Lor nu le convine că ea este mai inteligentă sau că poate face mai multe lucruri decât ei. Nu te lăsa influențată de părerile acestor bărbați, încearcă s-o cunoști pe acea femeie prin forțe proprii. Așa cum bărbații mentori pot avea defecte de natură sexuală, și femeia mentor poate avea defecte de natură emoțională. Ea poate reacționa ostil dacă tu intervii în viața ei de familie sau în anumite aspecte ale intimității ei emoționale.

Ce trebuie să faci pentru a învăța cât mai multe de la un mentor? În primul rând să-ți arăți disponibilitatea de a petrece timp cu această persoană unică. Din când în când, este bine să-i stimulezi disponibilitatea, descriind felul în care te-a influențat el. Nu te sfii să-l întrebi de toate. Întrebarea îi place

unui mentor, pentru că răspunsul pe care-l va da îl va întări pe el. Nu uita însă că întrebările adresate mentorului trebuie să conțină inteligență. Față de oamenii care pot să înțeleagă ce este un mentor, este bine să menționezi cine este mentorul tău. Acest lucru îl va ajuta pe el să aibă o sferă de influență, prestigiu.

Marea calitate a unui mentor adevărat este aceea de a se lăsa întrecut de elevul său. Așa că poți să-l supui pe mentorul tău acestui examen al depășirii. Dacă el se bucură că l-ai întrecut, înseamnă că acesta este cu adevărat un om care se lasă consumat de tine.

Îți doresc din toată inima să ajungi cândva și tu să fii un mentor-femeie. Aceasta este adevărata reîncarnare – să te poți regăsi în oamenii mai tineri care vor să-ți semene.

12. Prietena cea mai bună

Un prieten este acela cu care împarţi multe; de altfel aşa a şi început relaţia de prietenie: printr-un ritual al mărturisirilor reciproce. Acestui schimb de secrete i s-au mai adăugat în timp un ataşament puternic şi un fel de competiţie pozitivă, stimulativă pentru amândoi. Aşadar, să ai o prietenă înseamnă:

– Să-i poţi mărturisi când şi ea îţi mărturiseşte
– Să te simţi legată de ea printr-o formă de iubire
– Să te poţi întrece cu ea fără să te superi.

Toate bune şi frumoase, numai că prietenul cel mai bun este altfel decât prietena cea mai bună; prietenia dintre femei este deosebită cu mult de prietenia dintre bărbaţi. Dacă prietenii petrec mult timp ajutându-se unul pe altul, prietenele petrec mult timp comunicând una cu alta. Dacă prietenii ştiu să stabilească din timp nişte convenţii pe care le respectă, prietenele joacă dublu de multe ori, apreciindu-se în faţă şi discreditându-se în spate.

De altfel, aceste două mari deosebiri explică de ce prieteniile dintre femei sunt mai rare și mai scurte decât cele dintre bărbați. Și încă un lucru: dacă la bărbați prietenia dintre ei este mai prețioasă decât relația cu o femeie, la femei prietenia cade repede pe locul doi, în numele dragostei pentru bărbat.

Cu toate aceste neajunsuri, prietena ta este un om influent în dezvoltarea ta ca femeie. Iată câteva dintre mijloacele prin care te poate modela relația cu ea:

– În prima fază a conturării unei prietenii, ați găsit suficient de multe asemănări între voi. Curând ați ajuns să vă ajustați diverse aspecte ale vieții, pentru a rămâne compatibile. Te-ai întrebat de multe ori ce-ar zice prietena ta dacă tu ai face un lucru îndoielnic.

– Senzația de a fi egală cu o altă femeie. Acest detaliu are importanță în viața socială, cere de multe ori să joci după o regulă numită șansă egală (ceea ce bărbații numesc *fair play*).

– Dezamăgirea – din păcate, nimeni nu poate dezamăgi mai dureros decât cea mai bună prietenă. De aici ajungi să înțelegi altfel relațiile tale cu celelalte femei.

13. Oamenii din jur

În cultură sunt tezaurizate toate creațiile omenirii. Multe dintre aceste creații – poate cele mai frumoase – sunt inspirate de femei sau sunt dedicate femeilor. Nu-i de mirare că tu ești un produs și o sursă pentru cultura umană, sub orice formă s-ar manifesta ea.

Cel mai dezvoltat gen cultural al zilelor noastre este cel care are ca obiect imaginea. Omul de azi este dependent de imagini, iar femeile sunt chiar sclave ale ei. Pentru a arăta bine, ele fac mai multe sacrificii decât făceau în trecut pe altarul zeităților: cheltuie mult, suportă durerea unei epilări, înghit umilința unei selecții în concursuri de frumusețe, petrec timp îndelungat așteptând și ajung să-și neglijeze familia, considerând că ajustarea imaginii este un gest de respect față de propria persoană.

În tot acest timp, cei care creează imagini sau oferă posibilități de perfecționare a ei sunt tot mai căutați și plătiți tot mai bine. Iar femeia îi plătește scump pe acești oameni...

Apariţia femeii ideale sub forma unei imagini este trăgaciul care declanşează la tine dorinţa de perfecţionare. Un ecran TV aflat în faţa ta sau o revistă cu pictoriale sunt mediile cele mai frecventate de această femeie perfectă; de fapt este vorba despre o femeie perfecţionată prin tehnici tot mai sofisticate şi mai puţin realiste, cum sunt machiajul şi procesarea imaginii. Această femeie poartă denumirea generică de *model*.

Alături de creaţia vestimentară, machiajul te înzestrează cu trăsături de fată aflată la pubertate – adică la vârsta maximei fertilităţi; femeia-model reproduce caracteristicile acestei fete prin culoarea roz a pielii, prin proporţiile corporale longiline căutate la casting sau prin accentuarea adâncimii ochilor.

Iată cum te influenţează o femeie-model:

– Te face să te gândeşti la defectele tale.

– Te determină să consumi anumite produse şi servicii; comercianţii consideră că femeile-model sunt şi lideri de opinie pentru cumpărătoarele lor.

– Se constituie în subiect de dezbatere între tine şi alte femei.

– Îţi arată cam pe unde te afli în ochii bărbaţilor.

Moda este un curent prin care femeile se grupează în jurul modelului, iniţial pentru a-l imita şi apoi pentru a încerca să-i ia locul în ochii

partenerului ideal. A fi la modă înseamnă a răspunde competiţiei cu celelalte femei în căutarea bărbatului-pereche.

În comunitatea din care faci parte, cultura femeii acceptabile se organizează sub diferite forme:

– Codul manierelor feminine; cum trebuie să se poarte o femeie în diverse împrejurări, pentru a fi considerată feminină, respectabilă, matură. Oamenii au făcut o listă de gesturi pe care femeia NU trebuie să le facă.

– Tabuuri asupra relaţiilor. Este şi aici o listă neagră: cea a relaţiilor nerecomandabile, cum ar fi relaţia cu un bărbat mult prea în vârstă sau cea cu o persoană de acelaşi sex.

– Concepţia despre bărbat: că este superior, că este necioplit, că trebuie să te întreţină şi să te protejeze etc.

– Creaţiile emoţionale: cultura umană leagă feminitatea de sensibilitatea artistică aşa de mult, încât considerăm că operele de artă cele mai sensibile sunt dedicate femeilor.

– Creaţiile erotice: femeia este pusă în centrul cartierului erotic al culturii umane. Este vorba, desigur, de cartierul de lux al zilelor noastre...

Astfel, ajungi să preiei din comunitate o serie de atitudini faţă de aspectele vieţii cotidiene. Poate că atitudinea cea mai răspândită printre femei este ceea ce se numeşte *cultura lui NU*. Încă de mici,

femeile sunt învățate să fie selective în relațiile cu necunoscuții, mai ales bărbați, spunând *Nu* majorității propunerilor venind de la aceștia.

Cultura lui Nu te-a transformat într-o persoană suspicioasă, temătoare, conservatoare. Discutând cu pacientele mele despre principiile care le călăuzesc viața, am observat că majoritatea le formulează cam așa: *Eu niciodată nu primesc cadouri de la necunoscuți* sau *Nu-mi place să mint* sau *Nu mă las mințită*. Acest lucru arată că multe femei își extrag învățăturile din experiențe negative, de care încearcă în continuare să se apere.

Ce-ar fi să faci un inventar al principiilor tale? De unde le ai? Sunt ele mai degrabă principii negative? Dacă lucrurile stau așa, poate că ar fi mai bine să găsești principii precum: Întotdeauna mă bucur de cadourile de la cunoscuți sau caut oameni care să fie sinceri cu mine...

14. Nașterea copilului tău

Dragoste, apoi greață. Vestea cea mare, apoi îndoieli. Felicitări, apoi teamă. Respect, apoi durere, durere, durere. Iarăși respect. Mândrie, apoi silă de propriul corp. Iată câteva trăiri ale femeii care va naște. Ele se amestecă, frumoase și grele, pentru a te face pe tine să te simți altcineva.

Nu pot uita prima naștere la care am asistat, fiind încă elev al liceului sanitar. Femeia care năștea avea fața plină de sudoare, încruntată, obosită de atâtea ore de travaliu. Când respirația ei spunea că nu mai poate continua acest efort, capul copilului s-a ivit și, la scurt timp după aceea, femeia își ținea bebelușul în brațe. Printre picăturile de sudoare și petele roșii de pe fața ei s-a ivit un zâmbet cum nu mai văzusem niciodată...

Așa cum se spune despre bărbat că nu e bărbat decât după ce a făcut armata, tot așa se spune despre femeie că nu poate fi femeie decât dacă a născut. Totul este intens, atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional. Greutatea corporală crește cu

7-8%, constelația hormonală se schimbă radical, corpul are parte de o adevărată metamorfoză.

Această metamorfoză are un impact deosebit asupra unei persoane care era obișnuită să aibă grijă ca imaginea ei să fie una atrăgătoare din punct de vedere erotic. O femeie reacționează uneori cât se poate de negativ față de probabilitatea de a avea o sarcină, pentru că se teme de pierderea iremediabilă a frumuseții; aici nu e vorba doar de pierderea frumuseții fizice, ci și de anularea interesului bărbaților față de prezența ei.

Nimeni nu poate mângâia mai bine sufletul femeii aflate în metamorfoza sarcinii decât bărbatul ei; de altfel, ea știe foarte bine acest lucru, reproșându-i – mai în glumă, mai în serios – bărbatului: *Uite ce mi-ai făcut! Din cauza ta m-am umflat așa!* Este important ca bărbatul să găsească înlăuntrul lui bruma de instinct matern pe care o are și să trateze cu tandrețe metamorfoza gravidei pe care o iubește.

Durerea care însoțește nașterea este una dintre taine, dar și marea încercare pentru femeia de azi. Dacă în vechime durerile facerii erau acceptate drept firești, cu mare ușurință, atât de bărbați, cât și de femei, azi toate cele care urmează să nască aleargă după anestezie.

Nu uita că ești astfel alcătuită, încât să treci prin durere așa cum trece mâna ta prin spuma din cadă. Nici un bărbat nu rezistă durerii așa cum rezistă o

mamă care naște; în trupul ei sunt secretate endorfine cu rol anestezic, ligamentele devin mai elastice, iar vitalitatea copilului se adaugă vitalității ei pentru a face posibil miracolul.

De când e omenirea, trăirea durerii a fost cunoscută ca o cale pentru a deveni altcineva. Te temi de suferință pentru că așa ți-a fost sugerat prin educație. Închizi ochii și-ți spui *Fie ce-o fi!* Apoi, odată trecută dincolo, totul se vede altfel: poți povesti despre cum a fost, știi ce înseamnă să naști, poți privi înainte cu claritate, știi ce ai de făcut dacă se va întâmpla din nou. Nu e de mirare că femeia care a născut de multe ori (multipară) are competența unei moașe pentru femeile mai tinere.

Iată cine ești după ce ai trecut prin durerea unei nașteri:

– O persoană mai curajoasă decât un bărbat. Majoritatea bărbaților venerează femeia care ține nou-născutul în brațe.

– Un om care știe pentru ce a suferit. Rezultatul suferințelor e frumos, mișcă și crește.

– Un album cu amintiri fără egal. Aceste amintiri se îngemănează într-un întreg greu de descris, care-ți va da motive să te porți într-un fel anume de-a lungul întregii vieți. Vei prețui copiii pentru că știi cât de greu se fac.

– O femeie cu instinct matern împlinit. În sfârșit, uterul tău, sânii tăi își îndeplinesc menirea.

– O femeie inițiată în maturitate. Ai trecut pragul către un statut pe care nu ți-l mai poate contesta nimeni. Ești demnă de încredere și de recunoștință. Poți chiar să stai acasă și să fii întreținută, împreună cu copilul tău.

Prin nașterea unui copil, instinctul matern al femeii devine funcțional. Tot ceea ce părea un mit, o sarcină imposibilă, începe să meargă de la sine. Copilul ivit pe lume stimulează la mama lui o serie de comportamente noi, care o transformă: ea își schimbă prioritățile în funcție de nevoile copilului, îl plasează pe cel mic în centrul lumii, capătă forțe nebănuite pentru a-l proteja, iubirea ei atinge intensități și durate fără precedent.

Legătura mamei cu copilul ei este simbolizată, pe perioada sarcinii, de cordonul ombilical. Această legătură se consolidează și se dezvoltă de-a lungul vieții. Cel mic face un adevărat cuplu cu mama lui; dacă în primii ani el este cel protejat, el poate ajunge mai târziu la rolul de protector al mamei, chiar dacă pare încă neajutorat. Mama se simte mult mai liniștită în preajma copilului ei, simte că are rost pe lumea aceasta.

Întreruperea legăturii ombilicale simbolice, numită *înțărcare*, este de cele mai multe ori destabilizatoare atât pentru copil, cât și pentru mama lui. Este un proces care necesită adaptare și care poate fi inițiat atât de copil, cât și de mamă. Când

copilul inițiază înțărcarea, el este atras de ceva din afara familiei și poate să nu se mai întoarcă decât când are dificultăți. Dacă înțărcarea este făcută la inițiativa mamei, vor avea loc tot felul de reveniri, de tatonări ale celui tânăr pentru a mai beneficia de protecția și de hrana de la mamă.

O mamă separată în mod nenatural de copilul ei arată cam așa:

– Se simte goală și fără rost.
– Vrea o explicație, un semn oricât de mic de la copilul ei; nu poate accepta că acesta nu mai există.
– Caută cu privirea în jur alte ființe pe care să le îngrijească.
– Se oprește în drumul ei spre fericire; nu se mai vede frumoasă, nu mai vrea să fie curtată.

Copilul vine pe lume după anumite legi ale vieții, care nu pot fi schimbate. El își alege părinții, folosind criterii care nu prea le sunt cunoscute adulților. De exemplu, criteriul fertilității; dacă adulții ar face copii doar după ce și-au cumpărat casă, bebelușii nenăscuți încă gândesc altfel: ei vor părinți cât mai tineri, cât mai îndrăgostiți și cât mai puțin egoiști.

Copilul are puterea să te facă să nești. El decide momentul declanșării travaliului. El supraviețuiește miraculos unor agresiuni incredibile și unor așteptări îndelungate. Are o vitalitate maximă, pentru că este o investiție biologică de top.

Copilul tău are capacitatea de a-ți arăta drumul în viață. Aflând despre tine că ai și un copil, totul capătă sens în jurul tău, pentru toată lumea. Primești lapte praf, ai de-a face cu oameni care iubesc copiii, nu e bine să divorțezi, ai de lucru în fiecare zi... Bărbatul tău are un motiv clar pentru a câștiga bani și a se zbate pentru o locuință.

Dă-i voie copilului tău să te facă femeie. Privește lumea prin ochii lui și vei ști limpede ce ai de făcut, care-ți sunt prioritățile și cum va arăta fericirea. Puterea copilului tău este mai mare decât puterea tuturor bărbaților din lume. Când se întrec pentru a te avea, acești bărbați se întrec de fapt pentru a se pune la picioarele copilului tău.

15. Eu m-am făcut femeie!

Desigur, ești inteligentă, sănătoasă și chiar puternică. Dacă privești în jur, găsești tot felul de instrumente, inventate de bărbați pentru a se simți potenți. E suficient să pui mâna pe un astfel de instrument și simți că nu e greu deloc să fii bărbat. Ia cheile mașinii lui; joacă-te cu undița, cu bormașina, cu calculatorul lui și nu te lăsa până nu reușești. Dacă începe să-ți placă, înseamnă că poți discuta altfel cu bărbații...

În zilele acestea, se ivesc tot mai multe situații în care este evident că ești mai inteligentă decât bărbatul tău...

Pot și singură!

Unii oameni vor să fie autodidacți; ei consideră că nimeni nu te poate învăța ce este viața mai bine decât propria experiență.

Iată cum arată portretul psihologic al unui autodidact:

– Uneori arată bizar, pentru că nu-și ajustează imaginea după modă sau după sugestiile celor din jur.

– Este un om care nu prea are timp să asculte ce spun alții.

– Nu-i place să fie contrazis când vorbește despre sine (și vorbește mult despre sine...)

– Se rătăcește frecvent, cel mai adesea mergând în cerc.

– Este destul de îndemânatic, pentru că sunt domenii în care a exersat îndelung.

Există o perioadă a vieții în care a te bizui pe forțele proprii are o oarecare utilitate: *adolescența*. În adolescență poți face asta, pentru că trebuie să afli despre tine ce poți și ce nu poți. Părinții se străduiesc să te învețe din experiența lor, dar tu pari să ai nevoie de propriile experiențe pentru a crede și a ține minte ce e bun și ce e rău pentru tine.

Ce poți face singură?

În ziua de astăzi, o femeie poate face tot mai multe lucruri de una singură. Pentru a reuși acest lucru, nu trebuie decât să învețe cum să mânuiască instrumente, să fie permanent curioasă și să aibă puțin curaj.

Femeia care se dezvoltă prin mijloace proprii are câteva arii prioritare în care poate să acționeze. Iată câteva:

– Cultura generală
– Managementul informației
– Calificarea profesională
– Mobilitatea
– Capacitatea de a lua decizii.

Sunt și lucruri pe care nu ar fi bine să le faci tu pentru tine, chiar dacă ai putea. De exemplu:

– Să te protejezi singură.
– Să-ți faci planuri fără să includ în ele și alți oameni.
– Să-ți faci un copil.
– Să te masculinizezi, pentru a reuși orice.

Pentru a face cât mai multe lucruri de una singură, nu este suficient să te perfecționezi pe tine. Mai este necesar și să influențezi mentalitățile celorlalți, astfel încât ei să-ți permită să te desfășori. Uneori, cei mai rezistenți față de inițiativele tale sunt tocmai cei pe care-i iubești.

De la independență la singurătate

E minunat să știi că nu depinzi de nimeni. Cu toate acestea, fiind independentă, îți subminezi una

dintre cele mai importante nevoi umane: aceea de apartenență. Prin apartenență, o persoană are următoarele avantaje:

– Știe a cui este, iar acest lucru se regăsește în identitatea ei.

– Are unde să se întoarcă atunci când nu-i este bine.

– Capătă o valoare socială mai mare, prin interacțiunea stabilă cu anumite persoane.

Și atunci, dacă apartenența ta este atât de importantă, atunci de ce este independența atât de căutată? Probabil că, în urma dezvoltării serviciilor sociale și a drepturilor persoanei, tot mai mulți oameni sunt încurajați să apeleze la aceste facilități, în locul tradiționalei protecții oferite pe vremuri de capul familiei.

Astfel, femeile și copiii sunt primii beneficiari ai unei epoci în care bărbatul nu mai deține monopolul venitului și al deciziei în familie. Pe de altă parte, dobândirea autonomiei financiare, fără a dobândi și o adevărată putere socială, duce la izolare, la singurătate.

O persoană care se poate susține fără ajutorul celorlalți ajunge să nu mai trăiască o viață socială intensă; ea trăiește bine numai câtă vreme are un comportament de consumator.

Cred că o cale optimă pentru ca o femeie să evite singurătatea și să aibă și independență este

să dezvolte un parteneriat cu bărbatul și cu toți ceilalți actori importanți din viața ei. Din păcate însă, nu toți bărbații sunt pregătiți să fie parteneri; majoritatea vor să fie stăpâni ai vieții tale...

16. Ritualuri ale femeii

Sângerarea

În fiecare lună, o femeie sângerează pentru copilul care nu s-a născut. Când se iveşte pentru prima dată, femeia nu este încă femeie, ci un copil. Menarha, trăirea primului ciclu menstrual, este însoţită adesea de sentimente puternice faţă de propria persoană şi faţă de identitatea de fată. Pentru că este vorba de o sângerare aparent neanunţată, multe fete interpretează menarha ca pe o îmbolnăvire. Dar unele fete sunt pregătite din timp să se confrunte cu acest prim episod; poate că sunt pregătite doar teoretic, din vorbe. Alte fete au ocazia să le vadă pe mamele lor cum trăiesc cu menstruaţia din fiecare lună.

Dacă mama se manifestă foarte nervos cu ocazia unei faze a ciclului menstrual, dacă ea se simte foarte rău şi fata participă la aceste stări ale mamei ei, atunci probabil că acea tânără nu-şi va dori niciodată să aibă vreun ciclu menstrual şi va întâmpina menarha ca pe începutul unei tragedii de-o viaţă. Dacă însă mama, ca un adevărat mentor, ştie să-şi păstreze calmul, să explice mai tot ce se întâmplă

și să arate frumusețea vieții de femeie chiar și în legătură cu menstruația, atunci fata poate să transforme episodul menstruației într-o adevărată mândrie.

Iată câteva dintre veștile bune care vin în viața ta odată cu menarha:

– Vestea că trupul tău funcționează. Dacă nu ai avea cicluri menstruale, ar însemna că organismul tău se află într-o situație deosebit de gravă. Unele femei își pierd ciclurile din cauza unor boli somatice. Altele ajung să le fie suspendate ciclurile menstruale din cauza unui stres puternic. De exemplu, multe femei ținute în arest ajung să nu aibă cicluri o vreme îndelungată; tot așa, și femeile care recurg la cure de slăbire agresive ajung să-și piardă uneori ciclul menstrual. Asta înseamnă că, pentru o perioadă mai mare sau mai mică, fertilitatea femeii este suspendată, iar aceasta nu este o veste bună deloc. Vestea bună este dacă ai cicluri menstruale așa cum ai fost creată să ai.

– Altă veste bună adusă de menarhă este intrarea în tagma femeiască. Să poți povesti despre acest mic secret este uneori chiar o dovadă de prietenie între femei.

– Unele femei consideră că ciclul menstrual este o veste bună și pentru faptul că presupune că nu au rămas gravide. Pentru organismul tău însă, a nu rămâne însărcinată și a avea ciclu este un fel de veste proastă. Unii spun că, atunci când are ciclu menstrual, uterul femeii plânge după copilul nenăscut... Și ție ciclul menstrual ar trebui să-ți amintească în fiecare lună pentru ce te-ai născut – ca să nești la rândul tău.

Rareori ciclul tău menstrual poate fi înțeles la adevărata lui dimensiune de către bărbatul tău. Trebuie să faci în așa fel, încât și el să înțeleagă ce se întâmplă cu tine când te afli în această perioadă.

Nu trebuie neapărat să-i povestești tu despre asta, pentru că se poate naște o oarecare repulsie față de persoana ta, cum ai chiar și tu, în legătură cu secrețiile tale genitale sau cu sângerările tale. Și atunci care ar fi soluția? Soluția ar fi ca o altă persoană, care nu are însemnătate sexuală pentru acest bărbat, să-i vorbească despre ceea ce simte o femeie când se află la ciclul menstrual și să-i țină trează mintea, pentru că foarte adesea bărbații ignoră faptul că femeile au cicluri, că se simt rău și că nu pot face dragoste chiar oricând.

Nunta, ritualul cel mare

Nunta este un ritual social care are un mare impact asupra femeii. Cred că și tu ți-ai dorit dintotdeauna să te vezi îmbrăcată în rochie de mireasă; să fii singura persoană care poartă această rochie

albă și către care se îndreaptă toate privirile nuntașilor este într-adevăr un fel de fericire, pe care o trăiești (cel puțin în principiu) o singură dată în viață. Nunta este o sărbătoare a comunității tale prin care toată lumea află că această fată se unește cu acest băiat; ea va deveni astfel femeie, iar el va deveni bărbat, să sperăm... Implicându-i pe cât mai mulți dintre oamenii din comunitatea respectivă, nunta consolidează cuplul celor doi. Bărbatul, care este cam laș din fire, are astfel șansa să se angajeze nu numai față de mireasa lui, ci și față de neamurile ei și de mulți alți oameni cunoscuți.

Nunta este și o amintire de neuitat. Pozele de la nuntă tronează în miezul familiei și îi fac pe cei care se mai ceartă din când în când să țină minte că totul poate fi frumos, ca pe vremea nunții... A mânca, a bea, a dansa, a petrece împreună – sunt foarte vechi comportamente ale speciei noastre, care arată că suntem niște ființe sociale. De aceea, a renunța la toate acestea și a face o nuntă restrânsă este mai degrabă un protest la adresa comunității și o pierdere.

Într-un anume moment al nunții, mireasa își ia rămas-bun de la părinți și de la copilăria ei. Acest lucru se face printr-un adevărat ritual de trecere pe care-l descrie atât de frumos Mircea Eliade în *Tratatul de istoria religiilor*. Este trecerea de la statutul de copilă la statutul de femeie. Unii cred că este suficientă noaptea nunții, cu sexul din miezul

ei, ca această fată să devină femeie. Evident, sunt necesare mult mai multe lucruri pentru a simți că trăiești ca o femeie. Cert este că nunta îți dă dreptul să te consideri femeie, să înveți ceea ce nu-ți era permis, să experimentezi mai multe. După perioada nunții, fostele fete încep să fie destul de dezinhibate din punct de vedere erotic. De altfel, momentul căsătoriei conține și o doză de ipocrizie, pentru că până la nuntă îți este interzis să faci sex, iar imediat după aceea ți se cere să faci atât de mult, încât să rămâi însărcinată cât mai repede.

Un alt gest care însoțește ritualul nunții este schimbarea numelui. Faptul că femeia din unele societăți preia numele de familie al bărbatului cu care se căsătorește este de natură să o convingă pe aceasta că devine o altă persoană – din fata cu numele părinților devine femeia cu numele soțului.

Acordă importanța cuvenită nunții tale. Te vei hrăni multă vreme din amintirea ei și-ți vei hrăni și frumusețea vieții de familie.

Dezvirginarea

În ochii unui bărbat, mecanismul prin care o fată devine femeie este pierderea virginității. Și pentru o femeie a-și pierde virginitatea este tot un lucru important, dar ea îl dăruiește tot bărbatului...

Unele fete ajung să-și urască atât de mult virginitatea, încât o consideră principala piedică în calea împlinirii împreună cu iubitul lor. Altora le este groază de momentul ruperii himenului și îl consideră o pierdere adevărată. Este pierderea copilăriei, a rolului de protejată, este pierderea curățeniei. Odată cu pierderea virginității, cred bărbații, fata își pierde inocența și acea naivitate de care le place lor așa de mult să se folosească. Bărbații sunt convinși că o fată virgină este mai ușor de manipulat decât una care nu mai este virgină, deși din punct de vedere psihosocial acesta nu este un adevăr.

Mai devreme sau mai târziu, virginitatea va dispărea din viața fetei și depinde de cei din jur dacă ea se poate numi femeie în urma acestui eveniment sau nu. Există un întreg ritual de trecere construit în jurul acestui moment al vieții unei fete. Dar, pentru a fi cu adevărat un ritual de trecere, un eveniment trebuie să întrunească unele condiții.

– Punctul de plecare este un tabu inițial. În cazul nostru, este interzis fetei care este încă virgină să aibă activitate sexuală. Ea trebuie să se țină departe de această activitate pentru ca inițierea să fie o trecere cât mai tranșantă, cât mai limpede.

– Un alt element este faptul că inițierea este rezervată unei anume persoane alese cu grijă. Într-adevăr, fetele sunt destul de atente cu alegerea persoanei căreia urmează să-i dăruiască virginitatea.

Dragostea, cu tot ce o înconjoară, este plină de piedici pentru bărbatul care este ales să beneficieze de virginitatea iubitei lui. De altfel, dacă stăm să ne gândim bine, dragostea bărbatului este o frustrare generată de faptul că nu are acces la trupul femeii mult iubite.

– Apoi, în miezul ritualului de trecere numit dezvirginare se află durerea; ea simbolizează sacrificiul, acea pierdere iremediabilă pe care trebuie să o suporte fecioara pentru a se putea numi mai târziu femeie.

Deși par barbare, ritualurile de trecere sunt valabile și în ziua de astăzi. Iată câteva exemple: dobândirea permisului de conducere auto, primirea noilor recruți într-o companie militară și chiar inițierea în tainele psihoterapiei. Astfel de ritualuri, deși nu mai sunt cu vărsare de sânge din partea celui inițiat, presupun o oarecare umilință și supunere din partea lui în fața celor ce sunt deja recunoscuți în aceste domenii: polițist, ofițer, psihanalist, licențiat.

Fata virgină este considerată în mod tradițional ca fiind imaculată, curată, nepătată. Cu toate acestea, stilul de viață actual pătează cu ușurință curățenia virginelor contemporane. Astfel, o virgină pătată este o fată care s-a sărutat deja, o fată care a practicat *petting*-ul, adică acea interacțiune sexuală care nu este însoțită de ruperea himenului, ba chiar știe să facă sex oral și sex anal. Astfel am

putea să spunem că o bună parte din virgine sunt deja femei din punct de vedere sexual, chiar dacă himenul lor este intact pentru încă o vreme.

Alte persoane rămân virgine din punct de vedere psihologic și după ce și-au pierdut integritatea himenului, și asta pentru că practică erotismul cu ochii închiși, fără să învețe prea multe de-a lungul anilor de interacțiune cu partenerul (care adesea nici nu este dispus să împartă cu ele ceva). Dacă stăm să ne gândim bine, nu ruperea himenului în sine te face femeie, ci, într-o oarecare măsură, întreaga cultură desfășurată în jurul acestui mic incident.

O persoană care și-a pierdut virginitatea este considerată femeie în virtutea următoarelor detalii:

– a făcut cu un bărbat ceva ce acestuia i se pare foarte important și este acceptat de societate ca fiind ireversibil;
– nu mai este primită de părinții ei ca fiind copilul inocent, ci mai degrabă va fi trimisă către cel care a dezvirginat-o;
– oamenii o consideră ca fiind mai accesibilă pentru parteneri și de aceea se deschid multe dintre relațiile ei cu cei din jur;
– este posibil să fi rămas chiar însărcinată, iar asta chiar este o caracteristică de femeie...
– oamenii nu se mai așteaptă de la ea să spună *nu*, ci mai degrabă insistă ca ea să spună *da*.

Virginitatea ta este cu siguranță importantă, pentru că te determină să fii mai selectivă și mai atentă în alegerea oamenilor cu care ai de-a face. Dacă dăruiești virginitatea ta cuiva, ai putea avea un argument pentru responsabilizarea acelui om, dar nu te sfătuiesc să te bazezi pe virginitatea ta ca pe un adevărat capital social.

Alăptarea

Momentele de liniște când îți ții copilul la sân fac din tine o femeie care este tratată cu respect. Aceste clipe seamănă cu clipele pictorului ce pictează, cu clipele magicianului care scoate o floare din mânecă sau cu clipele păunului care-și destăinuie frumusețea. Nimeni nu-ți poate cere să faci asta la comandă și nici n-o poate face în locul tău.

Toate femeile au sâni, iar o bună parte dintre aceștia sunt la vedere pe copertele revistelor, prin filme, în reclame. Nu cred că există bărbat trecut de 30 de ani care să nu fi văzut undeva niște sâni dezgoliți, dar bărbatul care îi privește când o mamă își alăptează copilul se poate considera cu adevărat norocos.

Mama care alăptează are un statut special; câtă vreme alăptează ea nu poate rămâne însărcinată; așa se explică în parte de ce pe vremuri o doică era

considerată amanta perfectă. Totodată, mama care alăptează are șansa unică de a crea spre copilul ei o punte inimitabilă. Această comuniune între mamă și copil nu poate fi distrusă de nimic și nu e de mirare că mulți tați au ajuns să fie geloși pe bebelușul lor pentru aceste clipe unice primite de la iubita lor.

Procesul alăptării face ca la tine să apară următoarele trăsături:

– o față senină, liniștită;
– alura unei persoane care, dăruindu-și laptele, face dovada unei generozități firești;
– senzația că ești necesară, indispensabilă unei alte ființe.

Deși puțin pudică, femeia care își dezgolește sânul pentru a-și alăpta copilul are un scop liniștitor în ceea ce face. Nimeni nu o poate acuza de exhibiționism.

Nu renunța la alăptare; ea este una dintre meseriile tale de înaltă competență din care vei câștiga un copil sănătos și satisfacția de a fi o mamă adevărată.

Oglinda și perdeaua

Când tu apari așa femeie cum ești, ceva se schimbă în locul acela, la oamenii aceia. Privirile

alunecă spre tine și încep să-ți examineze prezența, nările se dilată ușor pentru a-ți percepe mirosul, urechile își ascut auzul pentru a înțelege dacă ești veselă sau tristă, ba chiar și faptele multora dintre oamenii din jur încep să capete un sens.

De aceea este foarte important ca tu să știi să te arăți mai bine ca femeie. Se spune că o femeie trebuie să se lase puțin așteptată. Într-adevăr, așteptarea este un adevărat test pentru acela care îți dorește prezența: dacă te așteaptă mult, înseamnă că te dorește mult. Poveștile din vechime vorbesc despre femeile nespus de frumoase cărora li se dusese faima peste mări și țări. Ai putea să fii tu acea femeie, să se vorbească despre frumusețea ta cum se vorbește despre faptele bărbatului-erou.

Asta ar însemna că apariția ta nu trebuie să fie doar așteptată, ci și anunțată cu ceva timp înainte, într-un anume stil. Tu trebuie să știi să-ți ajustezi apariția astfel încât așteptările acelora care au aflat despre tine să fie confirmate sau chiar depășite. Instinctele tale îți spun să arăți într-un fel anume când te ivești. Cei care te așteaptă nici nu știu că la rândul tău petreci timp pregătindu-te pentru această apariție.

Nu-i asculta pe aceia care te critică pentru faptul că te pregătești îndelung să apari undeva. Știu că uneori chiar s-a întâmplat să renunți să mergi undeva sau să apari în fața unor oameni pentru simplul fapt că nu erai mulțumită de felul în care

arătai. Ai dreptate să faci așa. De calitatea apariției tale depinde calitatea viselor celor care te doresc de atunci încolo.

Ritualul apariției este cât se poate de complex dezvoltat în evenimente cum ar fi parada modei, concursul de frumusețe, piesa de teatru. Aceste evenimente arată că femeia investește mult în apariția ei, pentru că simte că în urma acestor ritualuri ar putea să fie ea cea aleasă. Cu cât ești aleasă mai frecvent în viața ta, cu atât poți spune că viața ta este una fericită.

Un element important în scenografia apariției tale este „perdeaua". O femeie știe să facă multe lucruri cu perdea. Prezența ei este ghicită dincolo de această țesătură, dar nimeni nu o vede cu adevărat, astfel încât crește tensiunea așteptării. Așa cum în viața unei femei există multe tipuri de oglinzi, tot așa există și multe tipuri de perdele.

Există oglinda de sticlă și există oglinda vitrinelor de pe stradă, în care te vezi trecător; există oglinda exigențelor tale și există oglinda din ochii celor din jur; există oglinda celor care te admiră și oglinda celor care te invidiază. Majoritatea femeilor așteaptă să se oglindească doar după ce s-au pregătit amănunțit. Ele nu se simt bine să fie fotografiate dacă nu s-au aranjat. Majoritatea femeilor au o relație intimă cu oglinda; nu suportă să mai stea cineva privind la ele în timp ce sunt privite de oglindă.

În ceea ce privește perdelele, există, în afară de acele țesături din dormitor sau din fața scenei, și perdele alcătuite din alte elemente, cum ar fi descrierea ta parțială. Unii oameni te privesc într-un fel anume, dar nici unii nu știu totul despre tine. Astfel, relatările oamenilor care au auzit despre frumusețea ta sunt adevărate perdele pentru cei ce ascultă.

O altă perdea, psihologică de această dată, este misterul – cât lași tu să se vadă din tine. Poți purta haine cu o crăpătură mai îndrăzneață sau mai cuminte, poți avea un decolteu mai larg și chiar spatele poate să-ți fie dezgolit parțial. Hainele funcționează în acest fel ca adevărate perdele; pentru unii sunt trase complet, pentru alții sunt deschise.

Poate că perdeaua cea mai fermecătoare pentru o femeie este pudoarea ei. Ai o perdea profund feminină dacă știi cum să-ți apropii genunchii, cum să-ți pui mâinile în poală, cum să privești în jos sau cum să folosești cuvinte fine. O femeie știe să folosească diverse accesorii pentru a-și arăta frumusețea parțial. Bijuteriile, poșetele, chiar și florile ținute într-un fel anume în mână pot să-i amplifice frumusețea până la cer. Bărbații sunt orbiți de aceste accesorii și nu este de mirare că intră într-un fel de transă, iar discernământul lor este modificat de apariția femeii împodobite. Acest ritual al apariției este atât de puternic asupra bărbatului, încât ani de zile din viața lui rămâne fascinat de ceea ce a văzut prima dată.

Fă din apariția ta un adevărat spectacol! Acordă-ți timp pentru pregătire și nu uita că o apariție reușită îți poate aduce bucuria de a fi cea aleasă.

17. Situații-limită

Deși bărbaților le place să se confrunte între ei, să facă față situațiilor periculoase, femeile sunt mult mai frecvent cele care întâmpină pericolul și pentru bărbați. Poate aceasta este explicația faptului că femeia din tine s-a dezvoltat de-a lungul timpului ca fiind puternică, îndurătoare și rezistentă.

Ce este de fapt o situație-limită? Este acea împrejurare în care se întrunesc anumiți factori care constituie un risc pentru persoana respectivă. În acele momente, întreaga viață a persoanei respective poate fi schimbată sau chiar pusă în pericol. Pentru că femeia este mamă și pentru că de obicei iubește întotdeauna pe câte cineva, fie pe copilul ei, fie pe partenerul ei, situațiile-limită – acelea care pot pune în pericol viața celor dragi – au devenit importante pentru femei.

Tu ești sensibilă, tu ești uneori șovăielnică, dar situațiile-limită fac parte din natura ta și este posibil să știi de mult, de când erai mică, ce trebuie să faci într-o astfel de împrejurare. Chiar și o albină

care se află în pericol de a se îneca este pentru tine într-o situație care cere din partea ta o intervenție. Te uiți în jur, te orientezi și încerci să găsești soluția pentru a salva o viață care, deși atât de mică, e totuși importantă pentru tine.

Într-o situație-limită, persoana care se află acolo trebuie să reacționeze rapid și hotărât, astfel încât întreaga balanță să fie înclinată către acea direcție convenabilă vieții, de obicei. Nu este o chestiune de decizie, ci este mai degrabă o chestiune de reacție, iar femeia care este înăuntrul tău va ști să reacționeze și va avea spontaneitatea necesară pentru a înclina balanța în favoarea vieții pe care o iubește. Pe măsură ce o persoană se confruntă cu situații dificile, cruciale pentru viața sa ori a celor din jur, ea dobândește experiența de viață și devine înțeleaptă.

Oare care sunt acele situații-limită care te fac pe tine să fii femeie cu adevărat și să nu rămâi o simplă fetiță, un copil care are nevoie de protecție? Un exemplu sugestiv este conflictul, un conflict copleșitor, care îi face pe cei din jur să tremure.

Conflictul tău

Să luăm drept exemplu situația în care o fetiță asistă la cearta între tatăl și mama ei. Se ivește un moment în acel conflict când amenințarea asupra

mamei ei o face pe fetiță să dobândească un curaj nebănuit, și aceasta se răstește la tatăl ei, spunându-i: „Las-o în pace!“ Ceva s-a întâmplat cu fetița; în acele momente devine mai puțin fetiță și mai mult femeie. Pentru că femeia este aceea care știe să se lupte chiar cu un dușman mai puternic decât ea, pentru a salva integritatea, sănătatea, fericirea și căldura persoanei pe care o iubește.

În miezul unui conflict, oricât de agresiv ar fi el, poți rămâne femeie. Nu e nevoie să lovești cu pumnul sau cu piciorul, dar nici nu este ideal să te lamentezi sau să te umilești. Menține-ți calmul și demnitatea, recunoaște capacitățile celui cu care te afli în conflict și fă apel la generozitatea lui.

Iepurașul murdar

O altă împrejurare de viață care o face pe fetiță să devină puțin mai femeie decât e poate fi aceea în care iepurașul alb și frumos pe care l-a primit cadou de ziua ei și pe care știa doar să-l mângâie până atunci se îmbolnăvește, devine ceva mai urât și nu mai este sursa unor beneficii, a unor satisfacții sau a unor plăceri. Dacă fetița se simte obligată de situație să îngrijească iepurașul și trece peste repulsie, peste teamă sau peste îndoială și face ceea ce trebuie să facă pentru animalul vulnerabil, ea va

deveni puțin mai femeie, în momentul când mângâie un iepuraș care nu mai este totuși atât de atrăgător pe cât a fost la început.

După cum probabil ai înțeles, acest iepuraș poate fi orice lucru drăguț din viața ta, chiar și iubitul tău. El se poate transforma peste ani din frumosul prinț curtenitor într-un bătrânel bolnăvicios; și ce vei face atunci cu el? Numai o femeie adevărată poate să treacă de la rolul de protejată la cel de îngrijitoare. Ești pregătită pentru asta?

Amenințarea

Există, după cum vezi, situații-limită care poartă în centrul lor o altă persoană sau ființa de care îi pasă femeii în devenire. Când vine vorba însă de propria persoană, cam care sunt situațiile-limită pe care le poate trăi acea fată ca să devină mai femeie decât era? Probabil că o fată care este amenințată și reușește să treacă mai departe fără să mai ceară protecție este mai femeie – iar acest lucru necesită înțelegere din partea părinților de fete. Ei ar trebui să știe că puțină autonomie pentru fata respectivă, și nu doar o protecție veșnică, este mai valoroasă decât grija părintească permanent exercitată asupra fetei. O fată este altceva decât un simplu copil, așa cum o femeie este altceva decât un simplu om.

Părinții trebuie să-și învețe fiicele să se descurce în cazul unei amenințări. Devenind femeie, tu ai observat că o amenințare poate fi prevenită și poate fi dezamorsată altfel decât procedează bărbații. Dacă un bărbat ar rezolva amenințarea printr-o confruntare directă (*Hai să vedem cine e mai tare!*), tu ai face mai bine să te adaptezi amenințării, acționând în doi timpi (*Fie ca tine, deocamdată*).

Femeia leoaică

Vorbeam mai sus despre capacitatea unei femei de a face un compromis. Există însă și situații care impun o reacție radicală, extremă din partea femeii, iar ea este mult schimbată.

Mulți bărbați au fost uimiți să constate că femeia gracilă, aceea care avea nevoie de protecție până mai ieri, a devenit dintr-odată deosebit de puternică. Această femeie leoaică este cea care se ridică și se apropie de pericol, nu fuge de el, nu leșină și nu este impresionată de situație. Ea se îndreaptă exact spre miezul conflictului sau al pericolului, pentru că-și dă seama că acționând așa cum trebuie, ferm, îl va înlătura.

Pe lângă tendința de a se apropia de pericol, femeia leoaică mai are și această atitudine atât de impresionantă pentru ceilalți oameni: nu cedează,

este dispusă să meargă până la capăt. Această atitudine explică de ce unele femei devin aparent agresive, sunt de neînțeles într-o situație în care trebuie să ia apărarea cuiva. Fie că se luptă în trafic cu un bărbat care era în conflict cu soțul sau cu iubitul lor, fie că se iau de gât cu profesorii sau cu colegii copilului, femeile știu să apere cu obstinație șansele unei ființe aparent fără șanse.

Spre deosebire de bărbați, care, atunci când se confruntă cu cineva sau cu ceva, reușesc să respecte niște convenții și să se oprească la un moment dat pentru că le este lene, au obosit sau li se face frică, o femeie ar putea să nu cunoască frica, până la capătul rezolvării acelei situații. Ea se luptă, este culcată la pământ și totuși se ridică să continue confruntarea, ea arată că nu-i mai este frică, de la un moment dat încolo.

Ce se întâmplă de fapt cu frica unei femei care a ajuns să aibă în sânge adrenalina unei leoaice? Dacă, aflându-se în rolul de persoană protejată și gracilă, frica este pentru femeie mai degrabă un avantaj și un accesoriu care-i stă bine, atunci când devine leoaică, frica practic se evaporă.

Există anumite resurse în interiorul femeii care o ajută să lase frica deoparte și să lupte. Una dintre resurse este pur și simplu hormonală; corpul femeii are un sistem de glande mult mai elaborat și mai

activ decât al bărbaților. Hormonii pentru luptă, ca și hormonii sexuali, nu sunt secretați într-un singur loc, ci sunt bogat reprezentați ca sursă în mai tot corpul și astfel femeia găsește destule rezerve pentru a-și mobiliza energiile.

De asemenea, o particularitate a femeii este anatomia ei, căci, deși micuță și firavă, este mult mai potrivită pentru a fi rezistentă, pentru a persevera. Acea femeie se poate ghemui sau se poate destinde, își poate mișca trupul nebănuit de repede, dar în același timp și-l poate purta mult timp sau distanțe îndelungate către obiectivul acela de mamă sau de femeie, de a-l salva pe cel vulnerabil sau pe ea însăși.

Decizii de femeie

O altă situație-limită care vizează persoana fetei este dilema, acea împrejurare în care lucrurile ar putea să evolueze ori foarte bine, ori foarte rău. Situații radicale precum alegerea între a pleca într-o călătorie lungă sau nu, a accepta o legătură pe viață sau nu sunt din ce în ce mai frecvente pe măsură ce o fată își trăiește viața socială și este implicată în relații cu oamenii. Astfel, decizia pe care o va lua ea atunci, dar și consecințele suportate o vor maturiza și o vor transforma din fetiță mai mult în femeie.

Femeia deziluzionată

O femeie rezistă, mulți ani, multor situații care aparent l-ar enerva pe un bărbat sau l-ar plictisi și l-ar face să renunțe, să plece. Rezistența femeii este bine cunoscută; îmi amintește de discuțiile avute într-o emisiune de radio de-a mea, pe care o intitulasem *Femeia cămilă*. Știu că sună urât, dar într-adevăr există multe asemănări între acest animal atât de rezistent și femeia care, ajunsă la o vârstă sau într-un anume rol social, poate să petreacă mult timp și lungă distanță pentru a face să fie bine.

Există însă o limită, și aceasta este de obicei declanșată de situația-limită, dincolo de care femeia își pierde răbdarea, nu mai este înclinată spre compromisuri sau să aștepte. Sunt destul de mulți soți care nu înțeleg cum femeia lor până mai ieri era conciliantă, slabă, victimă și dintr-odată nu mai vrea nimic, pleacă și nu se gândește să se mai întoarcă. Când o femeie reacționează prin demisie, prin a renunța la o situație, este pentru că ea nu mai simte ce simțea și pune în mișcare un act eroic, menit să-i schimbe radical viața.

Dacă o soție, o iubită, o prietenă sau o parteneră a ajuns să cunoască deziluzia, nimic nu o mai poate întoarce din drum. Această femeie devine mai puternică, impasibilă și pare să fie redutabilă

pentru orice om care ar încerca să o întoarcă din drum. Femeia deziluzionată devine dintr-odată mai calmă și nepăsătoare față de rugămințile bărbatului, mai puțin iubitoare față de el și total inflexibilă în ceea ce privește compromisurile. Ea devine practic alt om; ai putea spune că, dacă până atunci era o femeiușcă sau o fetișcană, acum este o femeie care știe ce vrea în viață și mai ales știe ce nu vrea în viață.

Oare te așteaptă și pe tine în viață deziluzii? Din câte se poate înțelege până acum, deziluzia nu este neapărat un lucru rău în viața unei femei, ci ar putea să însemne momentul maturității. Pregătește-te pentru deziluziile vieții tale. La urma urmei, aceste șuturi în fund pentru a merge înainte sunt necesare în viața oricărui om. Cum copilul își dă seama că nu mai are nevoie de mamă pentru a supraviețui și se hotărăște să se despartă de ea, tot așa și cu tine. Devenind deziluzionată, s-ar putea de fapt să fi ajuns într-un moment al vieții tale când nu mai ai mare nevoie de bărbatul sau de personajul care până atunci, chinuindu-te, îți dădea și oarecare senzație că te protejează de necunoscut.

Deziluzia face parte de altfel din întreg procesul de trecere dinspre copilărie către maturitate. Este clasic exemplul cu deziluzia legată de existența lui Moș Crăciun. Dacă, atâta vreme cât erai copilă, erai convinsă că Moșul există și că poate orice, vine o zi când îți dai seama cât de prostuță ai fost și că ar

trebui să fii mai realistă. Moș Crăciun nu există și trebuie să te bazezi mai degrabă pe forțele tale pentru a obține ceea ce-ți dorești.

E adevărat însă că unele fete îl văd pe Moș Crăciun în continuare, chiar și după vârsta copilăriei. El poate fi tatăl care le protejează de pretendenți, de pericole sau de neputințe; este iubitul pe care nu îl pot influența sau de la care nu pot obține ceea ce-și doresc prin alte mijloace decât prin a se ruga de el.

Depinde de tine ca deziluzia față de magia copilăriei sau față de așteptările tale să nu devină o traumă sau o pierdere. Tu ai putea face în așa fel încât să te pregătești pentru marile deziluzii ale vieții, să te bucuri că de fapt Moș Crăciun nu există sau că-l porți în sinea ta și știi ce să faci cu el la vârsta aceasta. A te pregăti pentru deziluzii și a le considera pe acestea mai degrabă pași înainte, iată o artă care ține de capacitatea ta de a trăi o viață socială, de a învăța și de a te adapta.

Ca deziluzia ta să fie constructivă, ar fi bine să pornești fiecare zi din viața ta de la zero; să nu dai încredere nejustificată nici unui om, dar nici să nu fii atât de neîncrezătoare, încât să devii urâcioasă, dușmănoasă sau suspicioasă. Acest lucru reprezintă răscrucea dintre a fi o femeie deziluzionată care face un pas înainte și a fi o femeie deziluzionată care face un pas înapoi.

După cum vezi, a deveni femeie matură nu este o chestiune care se bazează în primul rând pe elemente pozitive. Sunt multe frustrări care îl transformă pe om din copil în adult.

Pierderea frumuseții

Există femei care își pierd frumusețea încetul cu încetul și femei care consideră că au pierdut-o sub forma unei catastrofe. Te-ai aflat vreodată într-o situație în care să constați că ai îmbătrânit, că te-ai îngrășat sau că probabil nu mai arăți așa de bine cum arătai? Bineînțeles că ești amenințată permanent de o astfel de constatare.

În timp ce un bărbat nu consideră că a arăta un pic mai urât decât era este o mare catastrofă, cu siguranță că pentru o femeie acest lucru devine o situație-limită. Situații-limită de genul acesta apar în jurul vârstelor rotunde: vârsta de 30 de ani, cea de 40 de ani și așa mai departe. Există chiar și fete care, atingând vârsta de 20 de ani, se consideră bătrâne, ratate și lipsite de șansa de a se mai recupera vreodată.

Nu degeaba împărăteasa cea rea din povestea *Albă ca Zăpada și cei șapte pitici* era permanent preocupată de frumusețea ei. Ar putea să existe o legătură directă între cât de rea este o femeie și cât de preocupată este ea de pierderea frumuseții...

Pentru unele femei, a pierde frumusețea sau a fi văzută măcar câteva secunde nu tocmai frumoasă (de exemplu, demachiată sau bolnavă) este o situație-limită ireversibilă, o adevărată catastrofă, care nu are perspective de recuperare sau de alinare. Poate așa se explică și de ce unele femei sunt receptive față de amenințările împotriva frumuseții lor. Între a fi agresată sexual și a fi desfigurată, o femeie s-ar putea să aleagă prima amenințare.

Situațiile-limită legate de pierderea frumuseții pot să fie atât de serioase, încât nici nu e nevoie să se întrunească cu adevărat. Uneori, simpla amenințare că s-ar contura o astfel de situație-limită este suficientă pentru a trăi drama. Un exemplu este teama unora dintre fete de sarcină, pentru că ele concep gravidia ca fiind un proces în urma căruia frumusețea este pierdută iremediabil. Am putea spune că o fată care nu mai este frumoasă devine femeie și că în definiția femeii este inclusă și o oarecare urâțenie?

Trebuie să acceptăm că definiția frumuseții este destul de confuză, mai ales în ziua de astăzi, când a fi frumos trebuie să fie diferit de a fi atrăgător sexual. Copiii sunt frumoși, sunt ei și sexy? Bineînțeles că nu! De aceea ar putea să existe un grad de pierdere a frumuseții candide, nevinovate și un oarecare grad de câștigare a unei vulgarități, caracteristică, de altfel, femeii mai în vârstă. Există femei

cu adevărat mature care nu se mai fâstâcesc, nu roșesc și nu devin confuze în fața unei expresii vulgare, ba chiar sunt în stare ele însele să o pronunțe.

Lucrurile se complică și mai mult, dacă ajungem să observăm că nu există doar o trecere de la frumusețea candidă a copilăriei către vulgaritatea și frumusețea sexy a femeii adulte, ci și o trecere de la frumusețea vulgară, sexy a femeii adulte către aspectul unei femei în vârstă, bătrâne, trecute de menopauză. Majoritatea femeilor consideră menopauza ca fiind un moment nefast din viața lor și nicidecum o transformare lentă și adaptativă. Oare ești pregătită încă de acum să treci prin perioada menopauzei, fără să consideri că aceasta este o catastrofă, o situație-limită, pe parcursul căreia ți-ai pierdut frumusețea?

Eu nu pot să uit o imagine pe care am întâlnit-o pe una dintre străzile Parisului, fiind într-un autobuz, la o oră de seară. Lângă mine, pe scaun, s-a așezat o franțuzoaică probabil trecută de șaptezeci de ani, care avea însă un șarm emoționant; pur și simplu am fost fâstâcit de prezența acestei femei în preajma mea. Ea era o doamnă îngrijită, care emana un parfum deosebit și care avea o privire sigură, dar în același timp iscoditoare. Îți doresc și ție să arăți așa la vârsta aceea și să produci astfel de senzații, fie chiar și doar dintr-o privire.

O femeie bolnavă

Uneori, boala este un proces care te ia prin surprindere. De fapt, de cele mai multe ori, ea este cea care nu este așteptată și care ne afectează ireversibil. Dacă ești o femeie frumoasă sau o fată foarte tânără și încrezătoare și se ivește o situație cum ar fi boala acută, s-ar putea ca, dacă supraviețuiești și dacă te vindeci, să fii mult mai femeie decât înainte. Nu pentru că ai câștigat în feminitate, ci pentru că vei ști să o prețuiești mai bine. După ce ai trecut prin încercarea reprezentată de boală și de urâțire, te vei regăsi mai încrezătoare, poate chiar mai frumoasă.

De altfel, o fată care nu arăta cine știe cum la vârste mici ar putea să fie o femeie deosebit de frumoasă mai târziu, la vârsta maturității. În jurul tău sunt destule exemple ale unor fete care în pozele albumului de familie se vede că erau destul de urâțele, slăbănoage sau grăsune, cu totul și cu totul neatrăgătoare. Ajunse însă la vârsta unei femei, s-au stilat, au căpătat trăsături care le fac deosebit de interesante.

Dacă o vreme ai purtat părul lung și într-o împrejurare limită te tunzi scurt, astfel încât să se vadă gâtul tău frumos (cum nu s-a văzut niciodată), ești mult mai limpede femeie decât înainte de a te tunde.

Există anumite secrete ale ieșirii din boală către frumusețe. Dacă am lua exemplul unei femei care a suferit o operație estetică, am putea observa că, deși este beneficiara unei operații reușite, ajunge să se degradeze ireversibil pentru simplul fapt că nu știe cum să se „cicatrizeze" spre frumusețe.

Depresia care este trăită în timpul bolii sau a operației respective și teama de eșec sunt destul de grave pentru această femeie și ea riscă să nu mai iasă din această situație. Dacă însă ar avea o persoană importantă în preajma ei (bineînțeles, ar fi bine să fie iubitul), dacă ar ști pentru cine vrea să se facă frumoasă, probabil că ar fi mult mai femeie la ieșirea dintr-o astfel de situație de suferință.

De altfel, unul dintre secretele femeii care are succes cu ea însăși stă în faptul că poate să dedice acest lucru, existența ei, acțiunile ei, metamorfozele ei, unei anume persoane care îi este foarte dragă sau unei imagini din viața ei: „Să mă văd cu copii în brațe și cu o casă, curățică și frumoasă" sau „Să-l văd pe el mulțumit de mine, de ceea ce am realizat, de frumusețea mea".

Dedică ceea ce faci și ceea ce ești persoanei dragi sau persoanelor pe care le iubești foarte mult. În felul acesta vei căpăta puteri nebănuite pentru a te confrunta cu situațiile-limită, vei fi inspirată și vei avea o naturalețe pe care numai o femeie care trăiește pentru alții poate să o aibă.

18. Ești un produs comercial?

Te-am privit uneori mergând printre rafturile unui magazin. Vedeai de la distanță o pereche de pantofi, cântăreai din priviri cum ți-ar sta cu ei și pe fața ta se afișa un fel de lumină ciudată. Era lumina satisfacției de a cumpăra. Îți place să probezi, chiar să miroși produsele noi din raft, îți place să povestești despre ceea ce ai cumpărat, să fii văzută cum ieși din magazinele de lux cu acele sacoșe frumos colorate în care se află numai lucruri noi. Adori să fii prințesa care alege și care are de unde să aleagă. Iar dacă ar fi să ai bani, nu i-ai folosi precum bărbații – ca să-ți cumperi bere și mici –, ci ai lua tot felul de obiecte mai mult sau mai puțin utile, cu condiția ca ele să pice bine în percepția ta și a celor care te cunosc.

Putem spune cu tărie că tu, femeie, ești un produs al produselor care se află în rafturi. Interesele comerciale care se află peste tot în acțiune te influențează mult ca femeie. Comercianții din ziua de astăzi au mers până acolo, încât îți creează din ce

în ce mai multe nevoi, pe care să ți le poți satisface cumpărând obiecte noi.

Dacă în urmă cu două sute de ani viața era normală fără frigider sau fără toaletă în casă, astăzi pare imposibil să trăiești fără aceste dotări minime. Consumul a devenit în ziua de astăzi un criteriu de bază al competiției între oameni: „Consum mai mult, înseamnă că sunt mai bine." Ești prinsă și tu în această cursă a consumului record. Mai mult decât atât, dacă economia unei țări nu are o rată a consumului în creștere, țara respectivă e considerată în recesiune, adică într-un fel de criză economică din care ar putea să iasă doar producând și consumând mai mult.

Viața unei femei consumatoare devine din ce în ce mai complicată, mai greoaie. Trebuie să-ți faci tot timpul socoteli, să te uiți în stânga și în dreapta ce mai consumă alții și să te frământi cum să dobândești acele bunuri de consum. Consumul creează un fel de dependență, pentru că implică satisfacții. Dacă îi oferi în fiecare zi unei persoane câte o pietricică (inutilă de altfel), persoana respectivă se obișnuiește cu acest ritual, iar în ziua în care încetezi să-i mai oferi pietricica se simte rău. De altfel, oamenii care sunt dependenți au nevoie de cantități din ce în ce mai mari de stimuli de consum, pentru a se simți normal. Poate că și tu te afli în această situație; să vrei produse din ce în ce mai

scumpe sau mai perfecționate, dintre acelea care nu sunt de fapt necesare pentru a supraviețui. Poți scăpa de astfel de dependență găsind plăceri care să concureze cu plăcerea de a cumpăra. Am observat că o femeie care iubește arta plastică petrece mai puțin timp prin hipermarket...

Când alegi un produs dintre mai multe sortimente bogat reprezentate în raftul magazinului, ai o senzație de libertate, de bunăstare. De altfel, intră în definiția libertății faptul că o persoană are posibilitatea să aleagă între mai multe variante. Oare ești mai femeie dacă vei consuma mai mult? Cred că a deține mai mult este de fapt o meteahnă masculină; bărbații sunt aceia care au nevoie de cantități mai mari sau de cifre mai mari pentru a face față competiției dintre ei. O femeie nu are nevoie de mai mult, ci de mai frumos, mai bine ori la timp, sau în armonie cu ea. Calitatea este cea care ar trebui să primeze în alegerile tale. Asta înseamnă că nu ar trebui să te uiți în jur atât de mult când îți alegi produsele, ar trebui să te uiți mai degrabă la tine și să faci în așa fel încât ceea ce achiziționezi să ți se potrivească.

O femeie este o persoană armonioasă și armonia este la rândul ei parte a frumuseții. Numai dacă ți se potrivește ceva, acel ceva te va face mai frumoasă. O femeie știe să potrivească un anume produs, un anume obiect cu starea de spirit pe

care o are în acel moment; hainele sau accesoriile purtate de femeie într-o stare anume sunt mesaje cât se poate de clare despre acea stare și ele pot fi înțelese cu ușurință de oamenii din jur.

Dacă te-ai îmbrăcat în negru, oamenii se simt într-un fel anume în preajma ta, iar dacă în păr ți-ai prins o floare, ei simt cu totul altceva. Ar fi minunat din punctul meu de vedere ca o femeie să nu fie influențată prea mult de acțiunile comerciale din jurul ei, ci mai degrabă să fie ea aceea care influențează comerțul prin personalitatea ei, prin felul cum știe să aleagă produsele.

Oare ce este mai potrivit pentru o femeie, să facă economie, sau să facă risipă? Totul depinde de stadiul în care se află acea femeie în relațiile ei; dacă femeia are mai degrabă instinct matern operațional ar fi bine să facă economie, dacă însă se află într-o stare erotică de căutare a partenerului, ea ar trebui să facă risipă. Am observat că unele femei greșesc inversând aceste atitudini. Ele spun: „Fac totul pentru copilul meu și nu precupețesc nici un efort și nici un ban, iar când vine vorba despre mine, lasă că mai pot să aștepte aceste lucruri de lux." De fapt, generozitatea, risipa de detalii și de energie sunt menite să facă o persoană atrăgătoare; așa cum păunul își etalează generos penele când se împerechează mai degrabă decât atunci când face ouă, și o femeie trebuie să afișeze ce are mai bun și mai frumos cu ocazia căutării unui partener, când ea are nevoie să se îndrăgostească și când altul trebuie să se îndrăgostească de ea.

Modelul tău

În era comercială în care trăim, femeia cea mai influentă este femeia ideală. Ea le face pe celelalte femei să se poarte cumva, să se îmbrace într-un fel, să caute un anume partener. Nu uita că o femeie nu este doar o persoană frumoasă, care știe să se aranjeze. Când vorbești despre o femeie, vorbești și despre alte atribute, cum ar fi rolul ei social, căldura pe care o oferă celorlalți, emoțiile pe care le produce diverselor persoane din jurul ei.

Cine sunt aceia care creează această femeie ideală după care tu ai tendința să te iei? Pot fi comercianții, poate fi mass-media, poate fi suma de persoane pe care le cunoști și care își exprimă părerea despre feminism, feminitate și despre împlinirea ca femeie. Odată ajunsă la vârsta majoratului, cei mai influenți creatori de femeie ideală se află într-o cooperativă: cooperativa care-i reunește pe comercianți cu mass-media.

Pentru a crea nevoia ta de consum asupra produselor lor, comercianții au făcut un contract, cu cei din mass-media; unii produc și ceilalți le promovează produsul, ajungând adânc în conștiința ta.

Pentru ca ţie să-ţi placă ceea ce vând ei, cei doi au creat o femeie ideală. Cum arată ea? Ai putea deduce acest portret al femeii ideale din ceea ce comercianţii numesc *target*, persoană ţintă. De altfel, targetul este şi un termen folosit în mass-media; asta înseamnă că tu eşti ţintă pentru aceste două mari forţe ale societăţii de consum. Conform acestui ideal, femeia nu se îmbracă niciodată de două ori la rând cu aceeaşi haină şi consumă cele mai noi produse, nicidecum pe cele mai verificate în timp. Aşa că tu ai şanse mici să consumi aspirină verificată de sute de ani şi trebuie să încerci în fiecare zi noi variante, în tot felul de culori sau ambalaje, care îţi sunt promovate de producători prin intermediul mass-mediei.

Femeia ideală este o femeie erotică, permanent în căutarea unui partener, deşi poate că este deja căsătorită. Pentru a ajunge să consume acele produse promovate, ea trebuie să consume în primul rând publicitatea pentru femeia ideală. Alegând cele mai frumoase personaje şi făcând risipă de valori, reclama este aceea care de fapt promovează un univers erotic; ea poate aduce nelinişte în casa ta, în viaţa ta şi în interiorul tău, chiar dacă tu ai vrea să fii o persoană aşezată, o femeie a cuiva.

Există mai multe femei ideale:

– Una este femeia ideală aşa cum este văzută ea de către femei.

– Alta este femeia ideală aşa cum o văd bărbaţii.

– Şi alta este femeia ideală rezultată din toate statisticile, astfel încât să fie obţinută media femeilor.

Dacă vorbim despre cât de slabă sau cât de grasă este femeia ideală, vom observa că femeia cea mai slabă este cea ideală pentru femei, apoi urmează femeia ideală din punctul de vedere al bărbaţilor, care este ceva mai grasă. Poate cea mai grasă dintre toate este femeia medie, cea rezultată din cântărirea tuturor femeilor din lume. Asta înseamnă că, în realitate, tu vei fi întotdeauna altfel decât femeia care ai vrea să devii. Este un fel de preocupare utopică, fără nici un sens, să devii femeia ideală, aşa cum este ea afişată în mass-media, pentru că în realitate o astfel de femeie are puţine şanse de supravieţuire sau de a fi fericită, fiindcă nu există nicăieri condiţii pentru ea.

O femeie ideală nu poate să trăiască într-o lume care nu este ideală. În jurul tău sunt destul de multe dureri, frustrări, neîmpliniri, iar acestea nu se potrivesc deloc cu imaginea pe care ţi-o promovează mass-media. Degeaba îţi speli părul cu un şampon pe care îl admiră vedeta favorită, dacă soţul tău nu ştie să aprecieze şamponul aşa cum îl apreciază actorul acela sexy din reclamă...

Cum te influenţează femeia ideală? Spuneam mai devreme că ea este capabilă să creeze mai

degrabă frustrări, or frustrarea este unul dintre cele mai interesante mecanisme de motivare a unei persoane ca să schimbe ceva în viața ei. Femeia ideală expusă în diferite ipostaze: la cumpărături, în familie, în dragoste, în distracții, este capabilă să-ți influențeze comportamentul conferindu-ți anumite înclinații.

– Bineînțeles că înclinația cea mai intensă este aceea de a consuma.

– A doua înclinație pregnantă pe care ți-o sugerează femeia ideală este înclinația erotică.

– A treia înclinație comportamentală a femeii ideale și care se transferă la tine este predispoziția către competiție.

– O altă înclinație rezultată într-un fel secundar, în doi timpi, este egoismul.

– Iată și o altă înclinație a femeii ideale: căutarea noului, inconsecvența.

Combinând imaginea ideală cu performanța în carieră și cu viața de familie fericită, comercianții au creat modelul intitulat *Femeia de succes*. Examinând puțin șansele pe care le au femeile azi, este imposibil ca ele să fie împlinite în toate cele trei arii: imagine, profesie și familie.

O femeie de succes are o sumedenie de atribute masculine, deși este foarte bine machiată. Multe dintre revistele pentru femei le îndeamnă pe cititoare să fie nonconformiste, să caute tot timpul

noutatea și să-l pună la punct pe bărbat. Aceste publicații vorbesc foarte puțin despre fericirea copiilor și mult prea mult despre împlinirea prin sexualitate. Dacă ar fi să te iei după revistele pentru femei, ai deveni un războinic *glossy*.

Femeia de Hollywood

Actrițele din filmele tip Hollywood sunt o combinație interesantă între personajele pe care le întruchipează și viața personală pe care o trăiesc. În film ele sunt marcate de dragostea pentru un bărbat suficient de agresiv și de sexual încât să nu poată fi niciodată un tată adevărat. În viața reală, majoritatea actrițelor de Hollywood se căsătoresc, divorțează peste noapte și au foarte puțină grijă de copiii lor. Este femeia de Hollywood o femeie fericită, după care să tânjești? Multe actrițe au sfârșit destul de tragic, fie consumând stupefiante, fie părăsite, fie plonjând într-o urâțenie morală irecuperabilă. Nu prea ai motive să iei drept model o astfel de femeie; numai că filmele în care joacă ea sunt prezente în fiecare seară în casa ta, chiar în dormitorul în care tronează televizorul...

De altfel, conceptul de *home entertainment* mi se pare unul din cele mai dăunătoare curente pentru familia de astăzi. Scenele de tip hollywoodian sunt

prezente în locuri în care nu ar trebui să fie prezente decât valori casnice. Oamenii se uită la scene de amor în dormitor, în camera de zi și chiar în camera copiilor. Soții își adresează replici din filme și au ca persoane model astfel de actori. În lume a apărut însă un întreg curent numit *down shifting*: este un curent în cadrul căruia oamenii au început să scoată televizoarele din casă, au început să-i ducă pe cei mici în natură, să cunoască lumea în toată naturalețea ei, fără să o mai prelucreze prin intermediul mass-mediei sau al Internetului.

Ești la modă...

Pentru mine, moda este un curent în continuă desfășurare care pune în practică întrecerea între femei. De altfel, parada modei și concursul de frumusețe sunt două ritualuri care se desfășoară în ziua de astăzi cu același scop: pentru a-i oferi femeii cadrul în care ea să fie cea aleasă. Te-ai duce probabil la un concurs de frumusețe pentru a afla despre tine ce loc ocupi în rândul celorlalte femei, ai asista la o paradă a modei pentru a avea cele mai mari șanse vestimentare în a arăta ca Femeia Aleasă. Pe fața unei femei care pășește în stilul *catwalk* se citesc o sumedenie de năzuințe de femeie care dorește să fie privită. Ea poartă o rochie unicat, așa cum nici o altă femeie nu ar putea avea

la ora aceea. Nu este aceasta cea mai bună situație în competiție, când tu deții ceva ce alte persoane nu dețin?

Recunoaște că ești destul de iritată dacă îți cumperi o pereche de sandale cum nu credeai că ar putea să mai aibă cineva, iar a doua zi observi că mai toate femeile de pe stradă poartă același model. A fi în pas cu moda înseamnă pentru o femeie a se afla în competiție, a fi valabilă; pentru a câștiga o astfel de competiție trebuie să fii la zi. Unele femei încearcă să rezolve această problemă a competiției năzuind către poziția de creator vestimentar.

De altfel, a fi actriță și a fi creatoare de modă sunt două idealuri ocupaționale pentru mai toate fetele. Ele îi oferă femeii secrete din domeniul gheișei universale. O fi așa, numai că viața nu constă într-o perpetuă atragere a partenerului ideal, ea mai înseamnă și împlinire prin așezarea cu cei dragi într-un mediu care să aducă în sfârșit fericirea.

19. Influențe morale

Dacă stăm să ne gândim puțin, bărbații sunt aceia care elaborează sistemul moral și femeile sunt acelea care îl pun în practică. Un lucru pe care îl observi cu ușurință când vine vorba de morală este faptul că majoritatea principiilor morale încep cu „Nu": „nu ai voie să faci asta", „nu e frumos să faci asta", „nu este indicat să faci așa".

Dacă aruncăm o privire în grupul celor care stabilesc principiile morale, vom găsi aici personaje importante ale societății. Cei care generează morala sunt educatorii, reprezentanții religiei, cei din justiție și chiar conducătorii politici. E adevărat că tocmai aceștia sunt unii din cei mai îndoielnici practicanți ai moralei. Dar să revenim la tine!

Tu ești supusă moralei așa cum ești supusă bărbatului, educatorului tău, judecătorului, politicianului și preotului. Tu crezi în toate aceste personaje care elaborează principiile morale pentru tine și pentru copiii tăi. De altfel, este un lucru

limpede: morala reprezintă un set de reguli pe care le elaborează ceilalți pentru a reglementa viața ta.

Dacă ești o persoană morală ești mai feminină decât erai? Este destul de greu să fie așa, pentru că, din păcate, bărbaților li se aplică vreo câteva reguli morale, în timp ce femeile consideră încălcarea moralei mult mai gravă. Numim această atitudine generală a societății *dublu standard*. Bărbații consideră că dacă ești mai supusă, dacă respecți morala cu mai mare sfințenie, pari să fii mai femeie decât dacă ești rebelă și nonconformistă. Una peste alta: o femeie imorală nu mai este tratată cu respect, nu mai este considerată demnă de protecție sau de admirație.

De-a lungul vieții, o persoană se dezvoltă pe mai multe arii:

- aria trupească
- aria intelectuală
- aria emoțională
- aria socială
- aria morală.

Se pare că, pe lângă faptul că femeile sunt mai inteligente emoțional decât bărbații, ele sunt și mai bine dezvoltate moral decât aceștia. O femeie ajunge să fie mai dezvoltată moral pentru că îi pasă mai mult de părerile celorlalți și de situația în care

i-ar pune pe aceștia dacă ar greși față de ei. Pe lângă acest lucru, femeii îi vine mai ușor să fie supusă, să se conformeze. Faptul că ești o femeie morală este resimțit de cei din jur printr-o senzație de curățenie. Există chiar și o expresie consacrată în acest sens: *curățenie morală*.

Un alt atribut pe care-l aduce în feminitatea ta moralitatea este ceea ce s-ar putea numi *conformism*. Pentru că ești conformistă, comportamentul tău poate fi prevăzut mai ușor de către cei din jur. Bărbatul tău știe că te va găsi sigur acasă și că nu umbli prin oraș ca să-ți cauți plăcerile, iar acest lucru ar putea să reprezinte un avantaj pentru imaginea ta în fața lui. După cum intuiești, poate fi însă și un dezavantaj: bărbatul care este sigur de tine își poate vedea liniștit de imoralitatea lui!

Uneori, privind o femeie care este profund morală sau foarte credincioasă, parcă ți se face milă de ea pentru că arată ca o prizonieră a principiilor rigide. Cred că tu trebuie să-ți asumi moralitatea, adică să fii conștientă de motivele tale de a fi o femeie morală. Mi s-a întâmplat de-a lungul carierei să întâlnesc femei care sunt morale, dar în același timp dau senzația de naivitate, de credulitate și astfel pot fi cu ușurință manipulate sau rănite în relația cu o persoană mai puțin morală.

Trebuie să știi că domeniul moralei nu este unul foarte clar stabilit, că, dimpotrivă, este plin de dileme: „Ce să fac, să spun adevărul și să-l rănesc? Sau să mint știind că nu o fac pentru mine, ci pentru binele celuilalt?“ sau „Ce să-mi iubesc mai întâi, soțul sau copiii?“. De aceea, în această întreagă ceață morală în care ești nevoită să trăiești, cea mai bună orientare ți-o oferă iubirea.

Iubind, vei ști întotdeauna care este cea mai corectă și mai curată alegere. Prin menținerea curățeniei morale, o femeie devine frumoasă nu numai la exterior, ci și pe dinăuntru. Dacă ești mama unui băiețel, învață-l de mic să aprecieze frumusețea morală a unei femei, frumusețea ei interioară, și să se îndrăgostească mai degrabă de această latură a unei femei.

Femeia cu experiență

Poate că te-ai întrebat și tu alături de alte persoane din preajma ta: „Oare o femeie cu experiență este mai puțin morală?“ Există încă din vechime această preconcepție, că femeia trebuie să fie „neîncepută“, ca atare să nu aibă experiență; că ea trebuie să fie suficient de naivă, încât să asculte mai degrabă de principiile așezate de alții în fața ei. Dacă ne gândim la această importantă valoare care spune

că pentru a fi moral trebuie să știi și de ce ești moral, de ce respecți un principiu anume, ei bine numai experiența de viață te poate învăța de ce să respecți un principiu moral și cum să faci asta.

Desigur, un prim exemplu care ne vine în minte ține de experiența sexuală. Este o femeie cu experiență sexuală o femeie imorală, pe care trebuie să o ocolești? Ar avea motive un bărbat să se căsătorească cu o prostituată, de exemplu? Dacă ne gândim bine, și o prostituată ar putea să iubească, ba mai mult decât atât, să aibă copii frumoși și să-i educe în spirit moral. Pentru creștini, un exemplu în acest sens este Maria Magdalena. Ea fusese o femeie ușoară înainte de a deveni una dintre cele mai curate și mai demne de urmat femei din istoria lumii creștine.

Pe de altă parte, este la fel de adevărat că o femeie învață hedonismul, adică plăcerea de a trăi, într-un fel anume. Este important de știut că o persoană care are experiență de viață va fi în avantaj față de alte persoane, cu o anumită condiție: să găsească un loc în viața ei pentru experiența dobândită, să o integreze în propria personalitate. Este important să înveți din ceea ce ai trăit. Acest domeniu este numit de psihologia învățării *învățare vicariantă*. O persoană cu bogată experiență de viață este mult mai avizată și mai potrivită să educe alte persoane și să trăiască cu o persoană

dificilă. Ea va ști să aleagă atitudinea potrivită, pentru momentul potrivit. Din punctul meu de vedere, unul dintre cele mai frumoase exemple de femeie cu experiență, de femeie înțeleaptă, este femeia însărcinată. Tot comportamentul acestei femei sugerează calm, echilibru, obiective foarte clare pentru perioada care urmează, hotărâre în a apăra ființa căreia urmează să-i dea viață peste câteva luni. Ea trece deja prin niște solicitări fizice, printr-o situație deosebită și primește aprecierile celor din jur, sub formă de respect.

Plăceri de femeie

Plăcerea este un complex de stimuli care sunt integrați la nivelul conștiinței unei persoane și pe care aceasta le interpretează ca fiind favorabile propriei dezvoltări sau stării de bine. Există tot felul de mecanisme ale plăcerii, printre care poate cel mai important este cel legat de sumarea stimulilor, astfel încât să fie depășit un prag. Pragul plăcerii este diferit de la o persoană la alta, ca și interpretarea plăcerii. Astfel, ceea ce este plăcut pentru unii nu este neapărat la fel și pentru alții.

Cultura plăcerii, destul de extinsă în ziua de azi, se numește *hedonism*. Hedonismul unei femei este destul de diferit de hedonismul de tip masculin.

Cât timp este fetiță de până în 10-12 ani, hedonismul ei nu este foarte diferit de al băieților sau de al oricărui alt copil. Odată cu apariția comportamentului erotic, totul se schimbă: fetele încep să aibă o adevărată satisfacție din a se aduna împreună și a vorbi verzi și uscate. De aici și până la cultura unei cafele și a unei bârfe prelungite, fie ea și prin telefon, sunt câțiva pași, dar totul este feminin de la un capăt la altul.

De ce le place femeilor să vorbească atât de mult? În primul rând pentru că prin acest canal se desfășoară comunicarea emoțională atât de necesară unei descărcări adecvate a tensiunilor interioare pe care le are fiecare om. Bărbații rămân adesea frustrați, însă cu femeile lucrurile stau cu totul altfel. Dacă ne uităm puțin în natură, plăcerea însoțește orice fel de descărcare a unei frustrări acumulate, poate că același lucru se petrece și cu satisfacția unei femei de a comunica ceva emoțional altei femei.

Dar cu plăcerea cumpărăturilor cum rămâne? Aici trebuie să introducem încă un termen: în afară de plăcerea simplă, există și *satisfacție*. Dacă plăcerea este o simplă stimulare favorabilă, în schimb satisfacția este însoțită de o senzație de împlinire. Îți place să mănânci o prăjitură, dar ai satisfacție dacă ai mâncat o prăjitură într-o cofetărie de fițe... Plăcerea de a face cumpărături este mai degrabă o

satisfacție pentru că lucrul achiziționat nu te gâdilă la exterior, ci în interior...

Uneori o femeie simte plăcere din lucruri cât se poate de simple, cum ar fi de exemplu o atingere, dăruirea unei flori sau a unui cuvânt frumos, în primul rând pentru că are o sensibilitate deosebită, iar inteligența ei emoțională este mai receptivă.

Dar orgasmul? Este cunoscut faptul că orgasmul femeii este mult mai complex, mai durabil, dar și mai greu de obținut decât cel al bărbatului. Se naște întrebarea: „Oare o femeie care nu are orgasm este mai puțin femeie?" Multe femei trăiesc cu frustrarea de a nu fi știut dacă au avut vreodată orgasm și ca atare se consideră inferioare altor femei. Orgasmul este o trăire emoțională intensă însoțită de un tumult vegetativ: transpirație, roșeață, puls crescut, tensiune musculară. Astfel de manifestări sunt prezente nu numai în activitatea sexuală, ci și în alte situații. Îți vine să crezi că un sugar are un fel de orgasm atunci când suge la sânul mamei după ce a așteptat cu nerăbdare apropierea acestui ritual atât de frumos? Când se joacă sau când este prins la „de-a v-ați ascunselea" un copil are o trăire emoțională comparabilă ca intensitate cu orgasmul unei femei!

Tu ești capabilă să trăiești emoțional intens nu numai orgasmul sexual. Uite, există, de exemplu,

ceea ce este cunoscut în istoria culturii drept *sindromul Michelangelo*. El se manifestă printr-o stare de extaz a unei persoane, de obicei femeie, în preajma unui personaj sau a unei situații copleșitoare. Sindromul a fost descris pentru prima oară la admiratoarele operelor lui Michelangelo, cum ar fi pictura de pe tavanul Capelei Sixtine sau minunatele forme ale lui David, sculptura atât de celebră a artistului. O femeie e în stare să rămână înmărmurită și chiar să leșine de atâta admirație în fața unui personaj sau a unor stimuli care sunt de o importanță deosebită pentru ea. Și azi mai sunt întâlnite manifestări de tip Michelangelo la fanele diverselor staruri din muzică sau din domeniul actoriei...

Primul lucru important în a deveni o femeie bine dezvoltată hedonic este cel legat de autocunoașterea funcțională. O femeie nu trebuie să se cunoască doar prin prisma oglindirii propriei imagini sau prin prismă pur fizică. Cea mai importantă dintre autocunoașteri este cea funcțională, cunoașterea manifestărilor corpului, a comportamentului tău în anumite situații. Dacă tu îți cunoști aceste reacții cât mai bine, le vei putea trăi frumos mai târziu. O autocunoaștere funcțională te va ajuta de exemplu să nu te sperii de apariția propriului orgasm; sunt multe femei care se feresc să trăiască emoțiile puternice sau plăcerile deosebite

pentru simplul fapt că se gândesc că ar fi ridicole sau vulnerabile. Odată ce se cunoaşte bine din punct de vedere funcţional, o femeie devine capabilă să conştientizeze plăcerile ei şi va şti ce să facă cu ele, va şti unde să le caute şi cum să le amplifice.

Un mecanism deosebit de amplificare a unei trăiri emoţionale este autosugestia. Când simţi o oarecare emoţie în împrejurarea în care eşti atinsă de partenerul tău, vei avea o senzaţie mult amplificată dacă îţi vei spune în gând: „simt cum mă atinge", „acum atingerea lui e ca o adiere de vânt" şi aşa mai departe. Există femei care ajung la orgasm prin simpla constatare a împrejurării în care se află: „Sunt aici cu el, totul e minunat, şi ce emoţii am!" Orgasmul într-o astfel de situaţie este foarte aproape.

Pentru a cunoaşte cât mai bine efectele diverselor stimulări asupra ta şi pentru a-ţi cunoaşte comportamentele cât mai în detaliu, este important să îţi dai voie să experimentezi diversele stimulări. Lasă-i pe cei din jur să se apropie de tine, fixează-ţi anumite limite şi anumite principii şi joacă-te puţin cu ei, dă-ţi voie să trăieşti diverse situaţii care-ţi dau la rândul lor diverse emoţii şi diverse plăceri.

20. Femeia încremenită

Aşa cum sunt împrejurări care te îndeamnă să fii femeie, cam tot aşa în viaţa ta se pot ivi situaţii care îţi anulează feminitatea, te opresc din dezvoltare. Expresia cea mai sugestivă a unei astfel de situaţii este oprirea ciclurilor menstruale. Dacă femeia este foarte traumatizată, dacă se iveşte o situaţie când ea însăşi se supune unor chinuri, ciclurile ei pot să se oprească, iar asta înseamnă că esenţa ei nu mai funcţionează. Femeia care este lovită în adâncul fiinţei se manifestă cam astfel:

– În primul rând nu mai este preocupată ca apariţia ei să fie spectaculoasă; devine ştearsă, nu mai poartă culori potrivite cu evenimentele.

– Ea nu se mai îndrăgosteşte. A simţi din nou dragostea faţă de un bărbat i se pare o mare impietate, un păcat, o exagerare.

– Femeia încremenită se poate ocupa de copiii ei într-o oarecare măsură, dar aceştia nu pot beneficia de asta. Deşi mama îşi face datoria, copiii îşi dau seama destul de repede că ea suferă profund şi se întreabă ce este cu ea.

– Femeia încremenită e amorțită; simțurile ei nu-i mai aduc aproape nici o bucurie.

– Nu te mai poți baza pe o femeie încremenită. Ea nu mai exprimă dorințe, nu mai vrea nimic, iar asta îl dezorientează pe bărbatul ei, obișnuit să fie solicitat de ea sau provocat în vreun fel.

Violul

Să discutăm puțin despre viol, deși probabil îți este greu să te gândești la o astfel de trăire. Trebuie să spunem de la început că într-un fel trăiește o femeie violul propriu și în alt fel este văzut acesta de lege și de societate.

În mod normal o femeie trebuie să-și poată alege partenerul și momentul în care să se apropie de el. Există însă bărbați incapabili de a se prinde în acest joc și de a-și dezvolta abilitățile de curtare. Ei încearcă să ajungă la anumite părți ale femeii pe calea cea mai scurtă. Trăirea violului este traumatizantă nu pentru că este însoțită de violență fizică, ci pentru că femeia își dă seama că pierde șansele de a mai fi primită de acel bărbat pe care și-l dorește cu adevărat.

În vremea Romei antice, femeile care erau violate trebuiau să ispășească o pedeapsă și mai mare decât atât, urmau să fie ucise cu pietre. Bărbatul violator era privit ca fiind foarte capabil, în stare

să ia ceea ce-și propusese să aibă. În schimb femeia care nu știa să se țină departe de acest bărbat era pedepsită aspru; ea nu mai era bună de nimic și trebuia înlăturată din societate pentru că prezența ei era de rău augur. Și astăzi femeile simt amenințarea excluderii din comunitate, în cazul în care ar fi pângărite de un violator.

Toată lumea este de acord că un viol lasă urme adânci în viața unei femei. Dar ceea ce puțini știu este că în psihologia violului există ceea ce se numește *fenomenul Ciocciara*. O fată care a fost violată alături de mama ei de o întreagă companie de soldați a devenit după doar câteva zile foarte dezinhibată sexual și a început să caute compania cât mai multor bărbați. Aceasta este o ironie a sorții greu de acceptat și, cu toate acestea, se poate întâmpla ca femeia care a fost violată să înceapă după aceea să caute compania bărbaților pentru a relua într-un fel acceptabil rușinea pe care a suportat-o cu prima ocazie.

Dacă petrecerea unui viol produce o încremenire a femeii, amenințarea violului este de natură să o transforme într-o persoană foarte anxioasă, panicată la cel mai mic semn de apropiere a unui bărbat. Există multe femei tinere cărora li s-a dat de înțeles prin educație că bărbații sunt toți violatori din naștere. Această teamă este accentuată și de comportamentul bărbaților din jur, care profită de orice ocazie ca să facă aluzii sexuale în preajma unei femei.

Ţie îţi este frică de viol? Cum poţi trăi cu asta? Pentru a scădea cât mai mult riscul unei astfel de întâmplări nefericite şi pentru a diminua impactul pe care l-ar putea avea asupra ta o astfel de ameninţare ai unele lucruri de făcut:

– În primul rând să-ţi dezvolţi suficient de multe relaţii sociale, nicidecum să te izolezi. Să ai destule legături cu oameni care nu vor sex de la tine. Rudele, persoanele în vârstă, prietenele, chiar şi copiii sunt persoane importante pentru a face din tine o fiinţă socială. Prezenţa lor în viaţa ta este descurajantă pentru un eventual agresor, dat fiind că acesta are nevoie de un oarecare secret pentru a-şi pune în practică intenţiile.

– Al doilea lucru important pe care îl poţi face pentru tine este să comunici suficient de mult şi de frecvent cui trebuie aproape tot ce se întâmplă în viaţa ta şi are însemnătate pentru viitorul tău apropiat. E ca atunci când pleci într-o călătorie şi spui celor care te iubesc unde te duci şi cât vei sta. Subiectul discuţiei poate să fie într-o oarecare măsură bărbatul pe care tocmai l-ai cunoscut sau acela care se învârte în preajma ta. Mai mult, el ar trebui să se cunoască direct cu acei oameni care au funcţie protectoare pentru tine.

Vei fi mirată să afli că un bărbat care este în stare să pună la cale un viol arată cu totul altfel decât credeai tu. De multe ori este un om cunoscut, care se

află de ceva vreme în preajma ta. Este posibil ca el să fie iniţial un om foarte drăguţ, amabil, pe care apropierea fizică faţă de o femeie, atingerea şi speranţa sexuală îl schimbă radical. De aceea este extrem de important să nu discuţi cu acel bărbat lucruri personale, ci doar acele aspecte care ţin de relaţia ta oficială cu el.

Din păcate, multe femei fac din viol un lucru de nespus, un secret pe care-l duc cu ele toată viaţa. Ar fi mult mai bine dacă femeile ar comunica între ele şi şi-ar împărtăşi astfel de episoade regretabile. Dacă femeile ar comunica între ele şi ar avea o atitudine comună, lanţul unor violuri exercitate de un anume bărbat ar putea să fie întrerupt. Violul te poate opri din dezvoltarea ta ca femeie, dar există şi şansa ca tu să poţi merge mai departe, odată ce s-a întâmplat aşa ceva. Cei care te pot ajuta cel mai bine să mergi mai departe sunt profesioniştii din domeniul psihologiei.

Femeia îndoliată

O femeie se teme mai mult de moartea unei persoane dragi decât de moartea ei. De altfel, aceasta este caracteristica oricărui om iubitor. Când cineva foarte drag pleacă din viaţa unei femei, o mare parte din atribuţiile ei sunt încremenite, oprite, dar se pot ivi altele, cu totul noi. Pierderea

nu se referă numai la persoane, ci și la ceva foarte prețios; ea se manifestă psihologic în anumiți pași:

– Primul stadiu este negarea. Persoana care a pierdut ceva foarte drag sau pe cineva important nu poate crede că s-a întâmplat chiar așa. Cu cât persoana pierdută de femeie a fost mai puternică, mai de încredere, cu atât îi vine femeii mai greu să accepte că acesta a părăsit-o, că a dispărut.

– Al doilea stadiu de doliu este târguiala. Pe parcursul acestui stadiu persoana care a pierdut pe cineva drag încearcă să obțină o reversibilitate, încearcă să-l cheme înapoi pe cel dispărut sau să se roage de cei puternici să-l dea înapoi. Această fază de târguială este specifică femeii. Bărbații care sunt în doliu nu prea se roagă să li se dea înapoi persoana dragă. În schimb, femeile pot face acest lucru mai ușor și adesea timp mai îndelungat.

– A treia fază este mânia, revolta. Femeia se ceartă cu soarta sau chiar cu Dumnezeu, le reproșează celor care ar fi putut să facă ceva faptul că nu au făcut destul.

– Dacă nu există persoane suficiente sau importante cărora să le poată reproșa pierderea ei, femeia trece în stadiul al patrulea, și anume stadiul de deznădejde, când se acuză pe ea însăși pentru pierderea aceea. Și acesta este un stadiu foarte feminin, marcat de depresie; el este destul de ușor de instalat în psihicul unei femei, pentru că femeile se simt

adesea neajutorate, neputincioase în fața sorții sau a celor care i-au făcut un rău persoanei dragi.

– Ultima fază este împăcarea. Pe parcursul fazei de împăcare cu pierderea, femeia dezvoltă un întreg sistem de adaptare. O ajută și destul de numeroasele ritualuri de îndoliere. Prin faptul că ea se îmbracă mai modest, lumea îi recunoaște durerea de la distanță și nu-i mai solicită să se îndrăgostească sau să fie veselă, iar acest lucru o ajută pe femeie să se adapteze doliului.

Dacă în viața ei există și alte persoane care au nevoie de ea, instinctul matern o ajută pe femeie să-și continue viața purtându-le de grijă acestora, de exemplu copiilor ei.

Există femei care trăiesc mai multe perioade de doliu la rând, într-un timp destul de scurt. Deși pare ciudat, unele dintre aceste femei își transformă doliul într-o adevărată vocație, într-o cultură personală. Ele trăiesc parcă numai pentru a-i venera pe cei care s-au pierdut și pentru a-i plânge liniștit.

Toată lumea se așteaptă de la femeia îndoliată să rămână fidelă persoanei care s-a pierdut. Dacă această femeie trece mai departe în viața ei și dă de înțeles că a uitat pierderea persoanei dragi, ea poate fi acuzată de ipocrizie sau de egoism.

Fă în așa fel încât doliul tău să fie mărginit într-un loc și un timp special dedicate acestei

trăiri. Nu transforma amintirea celui pierdut într-un adevărat mausoleu; nu exagera cu acest lucru, astfel încât să îndoliezi și viața celor care privesc spre viitor.

21. Soartă de femeie

Este soarta cea care te-a făcut femeie? Ai putea să privești acest lucru ca pe un mare noroc sau ca pe un ghinion. Oricum ți-ar fi dat, ai unele de făcut în acest sens. Vei putea, pentru început, să te întrebi „de ce?". De ce ți-a fost sortit să fii femeie?

Majoritatea oamenilor au o oarecare relație conștientă cu destinul lor. În general, ei consideră că destinul este acel tumult de întâmplări asupra cărora ei nu pot să intervină. Cu toate acestea, majoritatea ar vrea să știe ce urmează în viața lor și de ce se petrec acele lucruri tocmai cu ei. Când lucrurile merg bine, ești admirată, ești căutată, te bucuri că soarta a vrut să fii femeie. Când însă nimic nu merge bine în viața ta, atunci ai vrea să schimbi ce ți-a fost dat.

În general femeile sunt mai înțelegătoare decât bărbații, se adaptează mai ușor și acceptă lucrurile așa cum sunt. Dar se pare că, atunci când vine vorba de soartă, sunt destul de multe persoane cărora le

pare rău că s-au născut femei. Cred că explicația este una singură: soarta este mai degrabă la îndemâna bărbaților. În ziua de astăzi, ei au șansa să înțeleagă mai bine ce este cu soarta și chiar să o interpreteze în așa fel încât să le fie favorabilă. În această lume care le stă la dispoziție, bărbații au mai multe ocazii de a acționa asupra propriei vieți, de a-i influența pe ceilalți oameni, astfel că au senzația că pot să-și schimbe soarta. De multe ori femeilor nu le rămâne decât să accepte ceea ce fac bărbații, ca pe un adevărat destin al lor.

De multe ori femeile se simt neputincioase și de aceea probabil relația lor cu propria soartă este una negativă. De aici rezultă că, dacă tu ai găsi mijloace prin care să poți schimba unele lucruri din viața ta, ai fi mult mai înțelegătoare cu propria soartă. Înțelepciunea psihologiei ne învață că pentru a ne putea confrunta cu succes cu un lucru copleșitor de mare este bine să-l desfacem în părți mai mici, care ne sunt accesibile. Tot așa putem face și cu soarta. De altfel, toți cercetătorii confirmă astăzi că soarta este un *concept plurifactorial*, adică ea este rezultatul mai multor influențe.

În soarta ta sunt cuprinse influențe din aproape toate laturile vieții, de la toți oamenii cu care te întâlnești și cu care ai de-a face. Ceea ce te hrănește și ceea ce dăruiești intră în soarta ta și o influențează. Sunt două laturi ale destinului cu

care ai putea să interacționezi: latura trecută și cea viitoare.

Prima latură, cea a trecutului, este soarta care ți-a fost dată; de exemplu, faptul că te-ai născut femeie, că ai constatat acest lucru de-a lungul vieții și ai simțit că nu poți să-l schimbi. Oamenii pot să schimbe însă ceva la trecutul lor: ei pot să schimbe felul cum privesc trecutul, pot schimba interpretarea lui.

Dacă s-ar ivi cineva care să te convingă de faptul că ai avut noroc să te nești femeie, asta probabil că ar schimba lucrurile. Probabil că mama ta s-a bucurat să te nască și să constate că ești fetiță, probabil că unii colegi de școală s-au bucurat văzând că intri în clasă așa frumușică și proaspătă cum erai, probabil că iubitul tău se bucură că exiști pe lumea asta și că ți-a fost dat să fii femeia care ești. Ar fi minunat ca ei să citească această carte și să-ți spună câte ceva despre bucuria lor de-a te fi ivit tu.

Ai fi vrut să ai soarta unui bărbat? Ar fi bine să privești partea plină a paharului; pentru a te deosebi de un bărbat, ursitoarele au inclus în destinul tău mai multă sensibilitate, o convieţuire cu frumusețea, bucuria de a da viață și puterea de a schimba lumea prin atracție.

Cea de-a doua parte a sorții este „ce-o să fie". Aici mulți oameni simt că ar putea să facă unele lucruri

pentru a influenţa destinul. Ei cred că pot să-şi schimbe viitorul, dar nu vor face mare lucru dacă uită de prezentul lor. O femeie este în general o maestră în a-şi descrie viitorul sub forma unor dorinţe, a unor năzuinţe. Este important ca şi tu să faci acest lucru; descrie-ţi viitorul în faţa bărbatului cu care crezi că vei trăi. Misiunea lui este să influenţeze prezentul în aşa fel încât să servească viitorului tău. Bărbaţii sunt făcuţi să îndeplinească dorinţe, începând chiar de acum. Iată că în felul acesta ai găsit cel mai bun instrument pentru a acţiona în prezent asupra viitorului: prin bărbatul tău. Este bine să-l provoci pe bărbat folosind din când în când verbul „a putea": „oare cine poate să-mi îndeplinească dorinţa?", „oare tu poţi să faci asta?", „sunt sigură că poţi!".

În cultura umană o parte accesibilă a destinului este norocul. El îi ajută pe oameni să nu-şi asume chiar tot ceea ce fac şi să pună în exteriorul lor cauza unei reuşite sau a unei nereuşite. Se pare că oamenii care ştiu să se joace cu norocul lor sunt mai puţin depresivi, şi asta pentru că ei reuşesc să nu se învinovăţească pe ei, ci să dea vina pe altceva pentru ceea ce nu merge. O persoană care se joacă măcar puţin cu norocul ei demonstrează că este destul de sigură pe ea, că s-ar descurca în orice situaţie, mai norocoasă sau mai puţin norocoasă. Dacă un bărbat norocos are figura unui băieţaş

care se joacă cu viaţa lui, o femeie norocoasă are o frumuseţe aparte. Ea este mai relaxată, mai comunicativă şi mai inspirată în ceea ce face. Îţi urez să ai noroc în acest sens...

Dumnezeu

Dumnezeu este Tatăl. Unele femei îşi aduc aminte de El la necaz, altele au o relaţie specială cu Dumnezeu. Oare El te-a făcut pe tine femeie? Făcând lumea, Dumnezeu a aşezat în destinele oamenilor anumite taine. Aceste taine se află în miezul fiinţei noastre şi ne va fi imposibil să le controlăm, să le determinăm aşa cum a făcut Dumnezeu. Taina naşterii, taina iubirii, taina morţii sunt fundamentele vieţii noastre. În ce priveşte taina iubirii, dar mai ales taina naşterii, femeia are o chemare specială din partea divinităţii. Toate femeile sunt purtătoare de iubire, iar iubirea este astfel alcătuită, încât să conducă toate energiile către viaţă, prin intermediul pântecului femeii.

Ai observat cu siguranţă că Biserica se pronunţă vehement împotriva avortului. Ea nu poate accepta că însăşi dătătoarea de viaţă poate să fie o ucigaşă. Nefiind preot, eu încerc să privesc prin ochelarii meseriei mele modul în care ajunge o femeie în situaţia de a-şi ucide pruncul înainte ca acesta să se nască. Singura explicaţie pe care o găsesc este

că în ziua de astăzi taina iubirii a ajuns să fie în conflict cu taina naşterii.

Din câte am înţeles de la femeile care au făcut rău, ele dedică aceste greşeli unei persoane pe care pretind că o iubesc – de cele mai multe ori bărbatului lor. Majoritatea femeilor aflate la închisoare au comis infracţiuni mai mult sau mai puţin îndemnate de bărbaţii lor. Tot astfel, când stai de vorbă cu o femeie care a avortat, afli că, de cele mai multe ori, după inima ei, ar fi păstrat acel copil, dar se simte nevoită să se gândească şi la alte persoane pe care le iubeşte.

Oamenii nefericiţi sunt oameni în sufletul cărora se duc lupte. Dacă tu, ca femeie, reuşeşti să găseşti în tine o pace între taina iubirii şi taina naşterii, vei trăi o viaţă luminoasă, aşa cum a fost lăsată pe Pământ.

Cuprins

1. Cine m-a făcut femeie? 5
2. Cum arăţi? 7
3. Trup de femeie 13
4. Porniri de femeie 19
5. Tu eşti fetiţă, să ştii! 35
6. Mama 37
7. Tatăl 41
8. Primul bărbat 45
9. Bărbatul-pereche 51
10. Celălalt bărbat 55
11. Mentorul femeii 59
12. Prietena cea mai bună 65
13. Oamenii din jur 67
14. Naşterea copilului tău 71
15. Eu m-am făcut femeie! 77
16. Ritualuri ale femeii 83
17. Situaţii-limită 97
18. Eşti un produs comercial? 113
19. Influenţe morale 125
20. Femeia încremenită 135
21. Soartă de femeie 143